Cuprins

O mică precizare

♦ Atunci când vorbeşte despre Dumnezeu sau Spiritul Suprem, Maestra ne-a instruit să folosim o expresie neutră, ca să evităm argumentele cum că Dumnezeu ar fi un El sau o Ea. Datorită faptului că în limba română sunt două pronume pentru persoana a 3-a, el şi ea, totuşi, când Maestra spune El sau Ea referitor la Dumnezeu, nu este vorba că Dumnezeu ar fi bărbat sau femeie.

♦ Ca o creatoare de designuri artistice şi în calitate de învățătoare spirituală, Maestra Supremă Ching Hai iubeşte toate expresiile frumuseții interioare. Din acest motiv, Ea se referă la Vietnam ca „Au Lac" şi la Taiwan ca „Formosa". Au Lac este numele din vechime al Vietnamului şi înseamnă „bucurie". În ceea ce priveşte numele Formosa, acesta reflectă mult mai bine frumusețea insulei şi a oamenilor ei. Maestra este de părere că folosirea acestor nume va aduce înălțare spirituală şi noroc regiunii respective şi oamenilor ei.

„Eu nu aparțin budismului sau catolicismului, aparțin Adevărului şi predic Adevărul. Voi puteți să-l numiți budism, catolicism, taoism sau cum vă place. Eu le accept pe toate!”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Atunci când ajungeți la pacea lăuntrică, atunci veți avea totul. Toate satisfacțiile, toate împlinirile dorințelor lumeşti şi divine, vin de la Împărăția lui Dumnezeu, din realizarea lăuntrică a armoniei noastre eterne, a înțelepciunii noastre eterne şi a puterii noastre nelimitate. Dacă nu le avem pe acestea, atunci nu vom găsi satisfacție niciodată, nu contează câți bani sau câtă putere avem sau ce poziție înaltă avem.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Învățătura noastră este aceasta: tot ce avem de făcut în această lume, să o facem din toată inima. Să fiți responsabili şi la fel, să meditați în fiecare zi. Veți obține mai multă cunoaştere, mai multă înțelepciune, mai multă pace, ca să serviți lumea şi să vă serviți pe voi. Să nu uitați că aveți propria voastră bunătate în interiorul vostru. Să nu uitați că îl aveți pe Dumnezeu care sălăşluieşte în interiorul corpului vostru. Să nu uitați că îl aveți pe Dumnezeu în inima voastră.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Introducere

De-a lungul anilor, omenirea a fost vizitată de o serie de oameni de excepție, al căror scop unic în viață a fost înălțarea spirituală a umanității. Iisus Cristos a fost unul dintre ei, ca şi Shakyamuni Buddha sau Mohammed. Aceştia trei sunt cunoscuți de noi, dar sunt mulți alții al căror nume nu le ştim. Unii au predicat în public şi au fost cunoscuți câte puțin, alții au rămas anonimi. Aceşti oameni au purtat nume diferite, în vremuri diferite şi țări diferite. Au fost numiți: Maestru, Avatar, Iluminat, Mântuitor, Mesia, Mama Divină, Trimisul lui Dumnezeu, Sfânt, Guru, şi alte asemenea nume. Ei au venit să ne ofere aşa numita Iluminare, Mântuire, Realizare, Eliberare sau Trezire. Cuvintele folosite sunt diferite, dar în esență ele au acelaşi înțeles.

Trimişi ai aceleiaşi Surse Divine, cu aceeaşi măreție spirituală, puritate morală şi putere de a înălța omenirea, cum au fost Sfinții din trecut, sunt şi astăzi printre noi, chiar dacă puțini ştiu de prezența lor. Unul dintre ei este Maestra Supremă Ching Hai.

Maestra Ching Hai nu este o candidată potrivită pentru a fi pe larg recunoscută ca o Sfântă în viață. Pe de o parte pentru că este femeie şi mulți budişti, ca şi alții, cred încă în mitul că o femeie nu poate deveni un Buddha. Pe de altă parte, Ea este asiatică şi mulți oameni din vest se aşteaptă ca Salvatorul lor să arate ca ei. Oricum noi, discipolii Maestrei, din toate colțurile lumii şi de religii diferite, noi cei care am ajuns să o cunoaştem şi să-i urmăm învățăturile, ştim cine este. Ca să o cunoaşteți şi dumneavoastră, aveți nevoie

de deschiderea minții şi de sinceritatea inimii. Vă trebuie, de asemenea, timp şi atenție, nimic altceva.

În general, oamenii îşi petrec cea mai mare parte a timpului luptând să-şi câştige existența, având grijă de necesitățile materiale. Noi muncim din greu, ca să facem viața noastră şi acelor dragi nouă cât mai bună cu putință. Când timpul ne-o îngăduie, atenția noastră se lasă furată de subiecte precum politica, sportul, televiziunea sau ultimul scandal. Aceia dintre noi care au cunoscut *Puterea Dragostei* prin contactul interior cu *Divinitatea*, ştiu că în viață sunt şi alte lucruri, mai importante decât acestea. Noi simțim că este un păcat că *ştirile bune* nu sunt răspândite mai mult. Soluția tuturor problemelor vieții este să te cufunzi în tine însuți şi să aştepți. Noi ştim că Raiul este aproape, doar la un pas de noi. Iertați-ne dacă greşim şi din prea mult entuziasm spunem lucruri care ofensează mintea voastră rațională, dar este foarte greu să păstrăm tăcerea după ce am văzut ce am văzut şi ştim ceea ce ştim.

Noi, cei care ne considerăm discipolii Maestrei Supreme Ching Hai şi practicieni ai metodei predată de Ea (Metoda Quan Yin), vă oferim această carte introductivă, în speranța că vă va înlesni apropierea de experiența personală a *Împlinirii Divine*, cu ajutorul Maestrei noastre sau al altui Maestru.

Maestra Ching Hai ne învață importanța practicării meditației, a contemplației interioare şi a rugăciunii. Ea ne explică că noi trebuie să descoperim propria *Prezență Divin*ă lăuntrică, dacă vrem să fim cu adevărat fericiți în această viață. Ea ne spune că iluminarea spirituală nu este ezoterică şi de neatins, accesibilă numai acelora ce se retrag din societate. Misiunea ei este aceea de a redeştepta *Prezența Divină* dinăuntrul nostru, în timp ce noi trăim mai departe o viață

normală. Maestra spune: ***„Iată cum stau lucrurile, toți ştim Adevărul, doar că l-am uitat. Aşadar, câteodată, cineva trebuie să vină să ne reamintească scopul vieții noastre, de ce trebuie să găsim Adevărul, de ce trebuie să practicăm meditația, de ce trebuie să credem în Dumnezeu, în Buddha, sau în cine credem noi că este cea mai mare putere în Univers."***

Maestra nu cere nimănui s-o urmeze. Ea oferă simplu propria sa iluminare ca un exemplu pentru cei ce vor să atingă propria lor Eliberare.

Această carte este o introducere în învățăturile Maestrei Supreme Ching Hai. Vă rugăm să luați cunoştință de faptul că discursurile, comentariile, citatele din conținutul cărții au fost spuse de Maestra Ching Hai, înregistrate, transcrise, uneori traduse din alte limbi, şi apoi date publicității. Vă recomandăm să ascultați sau să vizionați casetele audio sau video originale. Din aceste surse obțineți o experiență mult mai bogată a prezenței sale, comparativ cu cea obținută din cuvintele scrise. Desigur că cea mai completă experiență este aceea de a o vedea pe Maestră în persoană.

Pentru unii, Maestra Ching Hai este Mama lor, pentru alții este Tatăl sau Ființa preaiubită. Cel puțin, Ea este cel mai bun prieten pe care puteți să-l aveți vreodată în această lume. Ea se află aici nu pentru a lua, ci pentru a da. Ea nu cere nici un fel de plată pentru învățăturile, ajutorul sau inițierea sa. Singurele lucruri pe care vi le cere sunt suferința voastră, necazurile voastre şi durerile voastre. Dar şi pe acestea, numai dacă doriți!

„Maestrul este cel care are cheia pentru voi ca să deveniţi Maeştri...., să vă ajute să realizaţi că şi voi sunteţi Maeştri, şi că voi şi Dumnezeu sunteţi Una. Asta este tot, acesta este singurul rol al Maestrului”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Calea noastră nu este o religie. Eu nu convertesc pe nimeni la catolicism sau budism sau orice alt „ism”. Eu vă ofer simplu o cale de a vă cunoaşte pe voi înşivă, să aflaţi de unde aţi venit, să vă aduceţi aminte de misiunea voastră aici pe pământ, să descoperiţi secretele universului, să înţelegeţi de ce este atât de multă suferinţă şi să vedeţi ce vă aşteaptă dincolo de moarte.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Noi suntem separaţi de Dumnezeu pentru că suntem prea ocupaţi. Dacă cineva vorbeşte cu tine şi telefonul sună mereu, dar tu eşti ocupat ca să găteşti sau să vorbeşti cu ceilalţi, atunci nimeni nu poate să ia legătura cu tine. Acelaşi lucru se întâmplă cu Dumnezeu. El ne cheamă în fiecare zi, dar noi nu avem timp pentru El şi îl facem să aştepte.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

O biografie scurtă a Maestrei Supreme Ching Hai

Maestra Ching Hai s-a născut în Au Lac într-o familie înstărită, ca fiică a unui reputat doctor naturopat. A fost crescută în religia catolică, dar a cunoscut şi învățăturile budiste de la bunica Ei. De mică, ea a arătat un interes precoce pentru scrierile filozofice şi religioase, precum şi o compasiune neobişnuită pentru toate ființele.

La vârsta de18 ani, Maestra Ching Hai a plecat în Anglia pentru studii, iar mai târziu în Franța şi Germania, unde a lucrat pentru Crucea Roşie şi s-a căsătorit cu un om de ştiință german. După doi ani fericiți de căsătorie, cu consimțământul soțului, Ea părăseşte căsătoria în căutarea iluminării, în felul acesta împlinindu-şi un ideal pe care îl avea încă din copilărie. La momentul respectiv, a studiat diferite metode de meditație şi discipline spirituale, cu mulți învățători şi maeştri pe care i-a putut întâlni. În acest fel, a început să înțeleagă cât este de greu pentru o singură persoană să pună capăt suferințelor omeneşti şi a realizat că drumul cel mai bun pentru a-i ajuta pe cei din jur este ca Ea însăşi să atingă iluminarea spirituală totală. Acesta fiind-i singurul țel, Ea a călătorit prin multe țări din lume în căutarea metodei perfecte de iluminare.

După mulți ani de căutări, încercări şi suferințe, Maestra Ching Hai a găsit Metoda Quan Yin şi Transmisia Divină în Himalaia. După o perioadă de practică asiduă în timpul retragerii în munții Himalaia, Ea a ajuns la starea de iluminare spirituală completă.

În anii care au urmat după iluminare, Maestra a trăit o viață liniştită, fără obligații, de călugăriță budistă. Ruşinoasă din fire, Ea a păstrat *comoara* ascunsă, până când oamenii au convins-o să-i instruiască şi să-i inițieze. Datorită cererilor insistente ale discipolilor din Formosa şi Statele Unite ale Americii, Maestra a început să țină discursuri în întreaga lume şi a inițiat zeci de mii de aspiranți spirituali sinceri.

Astăzi, tot mai mulți căutători ai Adevărului, de diferite religii şi din diferite țări, vin din afluență să o caute pentru înțelepciunea Ei supremă. Celor care cu sinceritate vor să învețe şi să practice Metoda iluminării imediate pe care Maestra însăşi a verificat-o ca fiind metoda supremă, adică Metoda Quan Yin, Maestra Ching Hai le oferă inițierea şi mai departe îndrumarea spirituală.

Lumea este plină de probleme.
Numai eu sunt plină de tine!
Dacă ar fi ca Tu să fii în lume,
Toate problemele ar dispare.
Însă, lumea este plină de probleme,
Şi nu mai este nici un loc pentru Tine!



Voi vinde toţi sorii, toate lunile şi toate stelele
Din univers,
Ca să cumpăr doar una din Privirile Tale Minunate.
Oh! Maestre al Strălucirii Infinite,
Fi graţios şi lasă câteva scânteieri în inima mea plină de dor.



Oamenii merg afară noaptea să cânte şi să danseze,
Sub muzica şi lumina acestei lumi.
Numai eu singură stau în extaz,
Şi mă leagăn în Strălucirea şi Muzica din interior.



Din moment ce am ajuns să-ţi cunosc Gloria, oh, Doamne,
Nu mai pot iubi nimic din această lume.
Îmbrăţişează-mă în Graţia Iubirii Tale,
Pentru totdeauna!

Amin.

Din: „Lacrimi tăcute", o colecţie de poeme
scrise de Maestra Supremă Ching Hai



Misterul lumii de dincolo

Prelegerea Maestrei Supreme Ching Hai
26 iunie 1992
Națiunile Unite, New York

Bine v-am găsit, aici, la Națiunile Unite! Şi vă invit să ne rugăm împreună, fiecare după credința sa, să ne arătăm recunoştința pentru ceea ce avem, pentru ceea ce ni s-a dat şi pentru ce sperăm să li se dea şi celor ce nu au. Să ne rugăm pentru refugiații din întreaga lume, pentru victimele de război, pentru soldați, pentru conducătorii guvernelor şi bineînțeles pentru ca liderii Națiunilor Unite să îndeplinească ce şi-au propus şi să trăim cu toții în pace.

Noi credem că ceea ce cerem ni se va da, pentru că aşa este scris şi în Biblie. Vă mulțumesc!

Ştiți că tema conferinței de azi este „*Lumea de dincolo*”, pentru că mi-am propus să nu mai vorbesc despre lumea noastră. Pe aceasta o ştiți cu toții. Dar dincolo de această lume avem şi alte lucruri. Cred că toți care au venit astăzi aici sunt interesați să le cunoască. Nu este nimic de genul cum au povestit practicienii noştri despre miracole sau ceva fantastic în care nu

puteți să credeți. Este ceva ştiințific, logic şi extrem de important.

Noi am auzit cu toții din scrierile sfinte ale diferitelor religii, de existența a şapte ceruri, care reprezintă şapte niveluri diferite ale conştiinței. Aici se află Împărăția lui Dumnezeu, Natura lui Buddha, etc. Acestea sunt doar câteva din lucrurile care ne sunt făgăduite în lumea de dincolo. Dar nu toți au acces la ceea ce s-a promis în aceste scripturi. N-aş vrea să spun că nici unul, doar că nu prea mulți. Comparativ cu populația globului, cei care au acces la Împărăția lui Dumnezeu - adică ceea ce noi numim „lumea de dincolo" - sunt extrem de puțini.

Dacă sunteți în America, probabil aveți şansa să citiți o mulțime de cărți despre lumea de dincolo. Şi multe din filmele făcute de americani nu sunt chiar ficțiune. De asemenea, există câteva filme japoneze care nu sunt deloc ficțiune. Cei care le-au creat au citit probabil cărți scrise de oameni care au fost în lumea de dincolo sau poate că ei înşişi şi-au aruncat o privire în Împărăția lui Dumnezeu.

Deci, ce se află în Împărăția lui Dumnezeu? De ce trebuie să ne intereseze Împărăția lui Dumnezeu, când avem atâtea de făcut în această lume, unde avem o slujbă, case, prieteni, etc.? Tocmai pentru că avem toate acestea, ar trebui să ne facem griji despre Împărăția lui Dumnezeu.

Sună foarte religios când spunem Împărăția lui Dumnezeu. De fapt, este doar un nivel mai înalt de conştiință. În trecut oamenii îi spuneau rai, azi, în termeni ştiințifici, putem să-l numim un nivel mai înalt de cunoaştere, un nivel mai înalt

de înțelepciune. Şi la acest nivel noi putem avea acces, dar trebuie să ştim cum.

Deci în ultimul timp, în America, am avut cu toții ocazia să auzim de ultima invenție, un fel de maşină care ne poate transpune direct în samadhi. Ați încercat-o cumva? Aparatul se vinde pe piața americană! Costă între patru şi şapte sute de dolari, în funcție de nivelul de conştiință pe care îl vrei. Ei spun că este pentru oamenii comozi cărora nu le place să mediteze, ci vor doar să intre, fără nici un efort, direct în starea de samadhi. În caz că nu ştiați, vă voi explica acum, pe scurt, despre ea.

Se spune că acest fel de maşină te poate aduce într-o stare mentală de relaxare, o stare de relaxare, în care poți atinge un nivel înalt de I.Q. (coeficient de inteligență n.t.). Se presupune că aceasta vă poate da o stare de cunoaştere şi înțelepciune superioară, în care vă veți simți extraordinar. Această maşină foloseşte muzică selecționată special, muzică din afară, deci pentru a o putea audia aveți nevoie de căşti audio. Apoi, folosesc electricitate, probabil curenți electrici care vă stimulează şi vă ajută să vedeți nişte raze de lumină. Va fi nevoie şi de o mască de ochi. Deci căştile audio şi masca de ochi este tot ce ne trebuie pentru samadhi! E foarte bine şi pentru patru sute de dolari, e foarte ieftin. Dar samadhi-ul pe care vi-l propunem noi este şi mai ieftin, ba este chiar gratuit şi durează o veşnicie. În afară de aceasta, nu mai este nevoie să procedați ca şi cu o maşină propriu-zisă - să-i încărcați bateriile, să o băgați sau să o scoateți din priză sau să o reparați dacă se strică.

Acum, se pare că lumina şi muzica artificială pot să le dea oamenilor relaxare şi înțelepciune - se presupune că este aşa, eu n-am încercat. De aceea este aşa de căutată şi se vinde bine. Dacă aceste mijloace artificiale ne pot relaxa şi pot creşte coeficientul nostru de inteligență, puteți să vă imaginați cât de mult ne pot ajuta cele adevărate? Lucrul adevărat îşi au originea în lumea de dincolo şi este accesibil tuturor, numai să vrem să-l contactăm. El reprezintă Sunetul interior divin şi Muzica interioară divină dinăuntrul ființei noastre. În funcție de intensitatea acestui Sunet, a Luminii sau a Muzicii interioare, noi putem să trecem dincolo de această lume, să intrăm într-un nivel mai profund al cunoaşterii.

Cred că este asemănător legilor fizicii. Dacă vrei să trimiți o rachetă dincolo de câmpul gravitațional, este necesară o forță mare care să o împingă. De asemenea, când racheta atinge o viteză foarte mare, emană o lumină. La fel şi noi când mergem cu viteză în lumea de dincolo şi noi putem iradia Lumină şi putem auzi Sunetul.

Sunetul este un fel de Putere care vibrează şi care ne împinge astfel într-un nivel superior, dar o face fără zgomot, fără prea mult efort, fără să ne coste nimic şi fără nici un disconfort pentru cel care experimentează. Aceasta este modalitatea de a călători spre lumea de dincolo.

Dar ce este în lumea de dincolo şi care este cu mult mai bun decât a noastră? E tot ceea ce putem şi tot ceea ce nu putem să ne imaginăm. Odată ce vom experimenta, vom şti. Nimeni nu poate să ne-o descrie în cuvinte. Dar trebuie să fim perseverenți şi sinceri cu adevărat, pentru că nimeni nu

poate să o facă în locul nostru. La fel cum nimeni nu poate face munca voastră în oficiul Națiunilor Unite, iar voi doar să primiți plata. Tot aşa nimeni nu poate mânca în locul nostru, pentru ca noi să ne săturăm. Prin urmare, drumul trebuie experimentat personal. Noi putem asculta la cei care au avut deja experiențe, dar noi nu vom câştiga multă experiență din aceasta. E posibil să avem şi noi înşine experiențe în acest sens, o dată, de mai multe ori sau chiar vreme de câteva zile, datorită puterii persoanei care l-a experimentat pe Dumnezeu. În acest caz, este posibil să vedem o Lumină sau să auzim un Sunet, foarte natural, fără nici un efort, dar în cele mai multe cazuri nu durează prea mult. Prin urmare, trebuie să experimentăm noi înşine şi să o facem noi înşine.

Dincolo de lumea noastră sunt multe alte lumi. Să luăm, de exemplu, pe cea imediat superioară lumii noastre, Lumea Astrală aşa cum o numim noi în terminologia vestică. În Lumea Astrală sunt peste o sută de niveluri diferite, iar fiecare nivel este el însuşi o altă lume şi reprezintă nivelul nostru de înțelegere. Este la fel ca într-o universitate. Cu fiecare an pe care îl trecem avansăm în cunoştințe şi încetul cu încetul ne îndreptăm spre absolvire.

În Lumea Astrală noi vom vedea multe feluri de aşa numite miracole şi probabil vom fi tentați de aceste miracole şi chiar vom avea parte de miracole. Vom putea vindeca bolile, vom putea vedea uneori ceea ce alți oameni nu pot vedea. Vom avea cel puțin şase feluri de puteri miraculoase. Vom putea vedea dincolo de limitele obişnuite, vom putea auzi dincolo de limitele spațiului. Distanța nu va mai conta pentru noi. Aceasta este ceea ce numim urechile divine şi ochii divini. De asemenea, vom putea citi gândurile

oamenilor şi vom putea vedea ce au ei în mintea lor. Acestea sunt puterile pe care le putem dobândi uneori, dacă avem acces la Primul Nivel al Împărăției lui Dumnezeu.

V-am spus deja că în primul nivel există alte subniveluri, care ne oferă mai mult decât limba omenească poate să descrie. De exemplu, după inițiere, dacă meditām şi nivelul nostru este chiar la primul, atunci vom avea şi mai multe abilități. Vom putea să ne dezvoltăm talentul literar, pe care nu l-am avut niciodată înainte. De asemenea, vom şti multe lucruri pe care alți oameni nu le ştiu, şi multe lucruri vin la noi ca daruri cereşti, câteodată sub aspect financiar sau profesional sau sub diferite alte forme. Şi vom fi capabili să scriem poezii, să pictăm sau să facem lucruri pe care nu eram capabili să le facem şi nici măcar nu ne închipuiam că suntem în stare să le facem. Acesta este primul nivel. Şi putem să scriem poezii şi să scriem cărți în stiluri foarte frumoase. Chiar dacă înainte eram scriitori neprofesionişti, dar acum putem să scriem, este un exemplu. Acestea sunt beneficii foarte materiale pe care le putem obține la primul nivel de conştiință.

De fapt aceste lucruri nu sunt daruri de la Dumnezeu. Aceste lucruri se află deja în noi şi pentru că le-am trezit, ele revin la viață. Şi astfel le vom putea folosi. Cam acestea ar fi de spus despre Primul Nivel.

Dacă trecem într-un nivel mai înalt, vom vedea şi vom obține multe alte lucruri. Bineînțeles că nu vă pot spune totul din cauza timpului limitat. De asemenea, nu trebuie să vorbim despre toate aceste lucruri frumoase, despre prăjituri şi bomboane şi noi să nu le mâncăm niciodată. De aceea eu vreau

doar să vă trezesc puțin pofta şi dacă vreți să le mâncați, este cu totul altceva. Putem să vă oferim mâncarea adevărată mai târziu. Da! Doar în cazul în care doriți să gustați din aceste lucruri.

Acum, dacă mergem puțin mai departe, la Nivelul Doi. Noi îl numim „al Doilea" doar ca să simplificăm lucrurile. La Nivelul Doi, probabil că vom avea mult mai multe abilități decât la primul, inclusiv miracolele. Dar cea mai şocantă realizare pe care o putem avea la Nivelul Doi este elocvența şi abilitatea de a dezbate. Nimeni nu este capabil să întreacă o persoană care a atins al Doilea Nivel, pentru că el are o putere de convingere uriaşă, iar intelectul său se află în culmea strălucirii.

Majoritatea celor cu o minte obişnuită sau un coeficient de inteligență simplu nu se pot compara cu un astfel de om, deoarece coeficientul său de inteligență atinge valori foarte mari. Nu este numai creierul fizic care s-a dezvoltat mai mult, este Puterea mistică, Puterea divină, înțelepciunea interioară care este moştenită în interiorul nostru şi acum începe să se trezească. În India, acest nivel este numit „Buddhi", adică nivelul intelectual. Când atingi acest nivel, devii un Buddha. De aici vine cuvântul Buddha, „Buddhi – Buddha". Deci asta înseamnă Buddha, cu precizie, dar nu s-a terminat aici, n-am de gând să vă vorbesc doar despre Buddha, căci sunt mult mai multe.

Deci, majoritatea oamenilor atribuie numele de Buddha unei persoane iluminate. Dacă el nu cunoaşte dincolo de Nivelul al Doilea, atunci se va simți, probabil, foarte mândru. Da, se va gândi că el este un Buddha în viață, iar discipolii lui, foarte mândri, îl vor numi Buddha. Dar în realitate, el a atins doar

Nivelul al Doilea, în care poate vedea trecutul, prezentul şi viitorul oricărei persoane doreşte şi unde a dobândit o elocvență absolută în vorbire – dar acesta nu este sfârşitul Împărăției lui Dumnezeu.

Nimeni nu trebuie să fie mândru de abilitatea de a citi în trecut, prezent sau viitor, căci acestea sunt registrele akashice, cum sunt numite în terminologia occidentală. Aceia dintre voi care practică yoga sau orice fel de meditație, vor înțelege că registrele akashice sunt un fel de bibliotecă, asemănătoare aceleia pe care o aveți aici, la Națiunile Unite. Puteți vedea în această bibliotecă documente scrise în limba arabă, rusă, chineză, engleză, franceză, germană, toate limbile. Dacă aveți abilitatea de a citi în aceste limbi, puteți să ştiți ce se întâmplă în țara respectivă. Înțelegeți? Tot aşa, cine are acces la al Doilea Nivel, va înțelege şi va interpreta foarte clar fişa personală a fiecăruia, aşa cum ți-ai vedea propria biografie.

Însă, sunt multe alte lucruri de dobândit la Nivelul Doi de conştiință. Dar pentru cel care a atins Nivelul Doi, este deja fantastic, el este un Buddha în viață, pentru că şi-a deschis buddhi-ul - adică intelectul. Şi atunci ştim multe lucruri, pe care nici măcar nu le putem numi. Ni se vor întâmpla multe miracole, fie că vrem sau nu vrem, căci intelectul nostru s-a deschis şi ştie cum să contacteze cea mai înaltă sursă de vindecare, ştie cum să organizeze lucrurile, astfel încât viața noastră să devină mai uşoară şi mai bună. Şi intelectul nostru sau Buddhi s-a deschis astfel încât noi să putem avea acces la toate informațiile necesare din trecut şi din prezent, astfel încât să putem aranja lucrurile sau să corectăm greşelile din trecut. Noi ne corectăm greşelile şi ne facem viața mai bună.

De exemplu, nu ştiam că fără voia noastră, ne-am jignit vecinul cu ceva, dar acum ştim. E foarte simplu! Până acum nu eram conştienţi de aceasta şi nu ştiam de ce vecinul ne arată ostilitate şi chiar încearcă să ne facă rău pe la spatele nostru, din cauza neînţelegerii şi pentru că noi sau vecinul am făcut ceva rău. Dar acum ştim ce s-a întâmplat. Soluţia e simplă. Putem merge la vecin, îi putem telefona sau îl putem invita la o petrecere ca să-i explicăm neînţelegerea şi să clarificăm totul.

La fel se întâmplă când ajungem la nivelul intelectual. Atunci automat, vreau să spun în linişte, noi înţelegem toate acestea, aranjăm toate lucrurile sau contactăm sursa puterii care ne poate ajuta să le îndreptăm, făcându-ne viaţa mai bună, traiul mai bun. Astfel, reducem la minimum multe accidente, multe situaţii nedorite şi condiţii nefavorabile din viaţa noastră. Aţi înţeles? Da! Da! De aceea când ajungem la Nivelul Doi, este deja fantastic.

Prin urmare, ceea ce v-am explicat este ceva foarte ştiinţific şi foarte logic şi nu trebuie să vă gândiţi că un yogin sau o persoană care practică meditaţia este un fel de persoană mistică, sau un E.T., adică un extraterestru. Ele sunt fiinţe pământeşti, ca şi noi, care însă au evoluat, pentru că au ştiut cum să o facă.

În America se spune „*totul e să ştii cum*”, deci totul poate fi învăţat. Aşa e, noi putem învăţa totul. Ceea ce vă spun eu este un fel de ştiinţă a lumii de dincolo care, de asemenea, poate fi învăţată. Şi deşi pare ciudat, dar cu cât ne aflăm la un nivel mai înalt, cu atât lucrurile sunt mai simple. E mult mai simplu decât

la liceu sau la colegiu, unde sunt tot felul de probleme de matematică şi întrebări complicate.

Al Doilea Nivel are de asemenea multe alte niveluri diferite. Am să vă spun pe scurt, pentru că nu pot să vă descriu în detaliu toate secretele raiului. Oricum, voi puteți afla toate acestea când veți călători cu un Maestru care cunoaşte deja drumul acesta. Deci, nu este un secret. Dar ne ia prea mult timp dacă e să ne oprim la fiecare nivel, care are multe niveluri şi subniveluri şi să examinăm totul, ia prea mult timp. Câteodată, Maestrul vă ia cu el repede dintr-un nivel într-altul, pac, pac, pac! Pentru că, dacă nu aveți nimic de-a face cu meseria de maestru, atunci nu trebuie să învățați aşa de mult. V-ar da dureri de cap. De aceea doar vă ia şi vă aduce înapoi acasă, pentru că şi aşa ne ia prea mult timp. Câteodată poate să dureze o viață întreagă. Dar iluminarea spirituală o obțineți imediat.

Dar acesta nu este decât începutul, ca o înscriere, ştiți? Din prima zi când vă înscrieți la universitate deveniți imediat studenți. Dar asta nu are nimic de-a face cu examenul de doctorat. Facultatea o absolviți numai după patru, şase sau doisprezece ani. Dar voi deveniți studenți la universitate imediat, dacă este o universitate adevărată şi dacă într-adevăr, doriți să fiți studenți. Deci amândouă părțile trebuie să coopereze.

La fel se întâmplă dacă vrem să mergem în lumea de dincolo, să zicem doar pentru amuzament, pentru că nu mai avem ce să vizităm în New York. Ştim totul despre Manhattan, despre Long Beach (Plaja Lungă), despre plaja „scurtă” sau oricare altă plajă (râsete). Să presupunem că dorim să facem o călătorie în lumea lui E.T., să vedem ce se întâmplă acolo, bine? De ce

nu? Dacă tot cheltuim o mulțime de bani în Miami sau Florida, doar ca să facem o baie în mare, de ce nu am putea călători, uneori, dincolo de lumea aceasta, în alte lumi, să vedem cum arată planetele vecine şi cum trăiesc oamenii acolo? Cred că nu este nimic ciudat în asta. Nu? E doar un fel de călătorie mai lungă, o călătorie mentală, spirituală, în loc de una fizică. Sunt două feluri de călătorii. Deci este foarte logic şi uşor de înțeles.

Deci noi ne aflăm la Nivelul Doi. Ce altceva ar trebui să vă mai spun? Prin urmare, noi continuăm să trăim în această lume, dar în acelaşi timp ştim şi de existența altor lumi. Aceasta, deoarece noi călătorim.

La fel cum, de exemplu, noi am fi cetățeni americani sau din oricare altă țară a lumii, şi călătorim din țară în țară, ca să ştim cum arată țările vecine. Presupun că mulți dintre cei de la Națiunile Unite nu sunt americani de origine. Nu? Desigur. Şi în cazul nostru e acelaşi lucru. Putem să ne deplasăm pe altă planetă sau în alt nivel de viață, ca să cunoaştem. Pentru că distanța este prea mare, nu putem să ne deplasăm fizic, nici cu racheta, nici măcar cu un OZN.

Unele lumi se află la o distanță mult mai mare decât poate un OZN să străbată. OZN! Adică un Obiect Zburător Neidentificat, nu-i aşa? Prin urmare un obiect care zboară, da! Ei bine, există în noi ceva mai rapid decât un astfel de obiect zburător. Acesta este sufletul nostru. Uneori îl numim spirit. Cu el putem zbura fără combustibil, fără s-avem probleme cu traficul sau cu poliția, fără alte neplăceri. Nu mai trebuie să ne facem griji că într-o zi, arabii nu ne vor mai vinde petrol (râsete), pentru că spiritul este independent din punct de vedere material.

Nu se strică niciodată, exceptând cazul în care noi vrem să-l stricăm prin violarea preceptelor universale, violarea armoniei dintre cer şi pământ, lucru de altfel uşor de evitat. Vă voi spune cum să o faceți, dacă sunteți interesați.

De exemplu, vă voi vorbi pe scurt, bine? Nu vă țin o predică, deci să nu vă temeți că am să vă duc la biserică. Este doar un exemplu.

În univers există câteva legi care trebuie respectate, precum legile de circulație atunci când ne aflăm la volanul unei maşini. La lumina roşie vă opriți, la cea verde, treceți. Conducere pe dreapta sau pe stânga, autostrăzi, limită de viteză, etc. Tot aşa şi în universul fizic sunt câteva legi foarte simple. Dincolo de această lume, dincolo de acest univers fizic, nu sunt legi de loc. Acolo noi suntem liberi, cetățeni liberi, dar trebuie mai întâi să ajungem acolo. Atâta timp cât trăim în această lume, în corpul nostru fizic, trebuie să respectăm pe cât posibil aceste legi, ca să nu dăm de necaz. În acest fel, vehiculele noastre nu se vor strica şi vom putea zbura mai repede, mai sus, fără probleme.

Deci aceste legi au fost scrise în Biblie, în Biblia voastră creştină, în Biblia budistă sau Biblia hindusă. Cele mai simple, cum ar fi: nu face rău aproapelui tău, nu ucide, să nu aveți relații extraconjugale, să nu furați, etc. Şi în plus, să nu consumați substanțe toxice, acestea incluzând şi drogurile de azi. Buddha probabil a ştiut că în secolul al 20-lea, noi vom inventa cocaina şi celelalte, deci a spus fără droguri. Asta înseamnă şi fără jocuri de noroc şi orice lucru care face ca mintea noastră să se ataşeze de plăcerile fizice, uitând astfel de călătoria spirituală.

Dacă vrem să zburăm repede, cât mai sus şi fără pericole, trebuie să respectăm aceste legi, care se aseamănă cu legile fizicii. Pentru a face o rachetă să zboare, omul de ştiinţă trebuie să respecte cu precizie legile fizice. Cam atâta ar fi de spus, da? În concluzie, noi trebuie să fim şi mai atenţi, pentru că vrem să zburăm mai sus decât rachetele şi mai rapid decât farfuriile zburătoare. Ar fi încă multe detalii care ar trebui explicate dacă sunteţi interesaţi, dar asta se va petrece la timpul iniţierii. Acum nu vreau să vă plictisesc prea mult cu aceste precepte, despre care veţi spune. „Le ştiu, le-am citit în Biblie. Cele zece porunci, nu-i aşa? Cele zece porunci."

De fapt, mulţi dintre noi am citit aceste precepte, dar nu ne-au interesat prea mult sau nu le-am înţeles prea bine. Sau poate le înţelegem cum vrem noi, nu cum au fost ele scrise. De aceea, nu strică din când în când, să ni le reamintim sau să încercăm să ascultăm la o aprofundare mai adâncă a lor, din nou. De exemplu, în Biblie, în Vechiul Testament, pe prima pagină, Dumnezeu spune: „*Am creat toate animalele ca să vă fie prietene şi să vă ajute, iar voi să stăpâniţi peste ele*." Apoi mai spune că a făcut hrană pentru toate animalele, diferită pentru fiecare. Dar nu ne spune nouă să mâncăm animalele. Nu! El spune: „*Am creat toată hrana, toate ierburile câmpului şi fructele pomilor, care sunt parfumate la gust şi plăcute vederii. Aceasta să fie hrana voastră*". Dar foarte mulţi oameni nu dau atenţie la aceste vorbe. Şi astfel, mulţi adepţi ai Bibliei încă mănâncă carne, fără să înţeleagă adevăratul sens al cuvintelor Domnului.

Dacă vom studia mai profund, vom vedea că noi nu suntem creaţi pentru a fi carnivori. S-a dovedit ştiinţific că

întregul nostru sistem digestiv - intestinele, stomacul, dinții - au fost făcute pentru o dietă vegetariană. Nu e de mirare că mulți oameni se îmbolnăvesc, îmbătrânesc mai repede, obosesc sau devin apatici, deşi s-au născut cu atâta strălucire şi inteligență. Pe zi ce trece devin mai deprimați şi cu cât îmbătrânesc se simt mai rău. Aceasta din cauză că noi ne avariem singuri „vehiculul", obiectul nostru zburător, farfuria noastră zburătoare. Prin urmare, dacă vrem să folosim acest „vehicul" timp mai îndelungat şi să ne simțim mai în siguranță, atunci trebuie să avem grijă de el cum se cuvine.

Dacă avem o maşină, de exemplu, cu toții conduceți. Dacă alimentăm maşina cu benzină necorespunzătoare, ce se va întâmpla? Va merge probabil câțiva metri şi se va opri. Nu trebuie să condamnăm maşina, căci este greşeala noastră. Noi am alimentat-o cu un combustibil necorespunzător. La fel, dacă benzina are apă în ea, maşina va merge pentru un timp, apoi vom avea necazuri. Sau dacă uleiul devine prea murdar şi noi nu-l curățăm, atunci va merge pentru un timp, dar vom avea probleme. Uneori se întâmplă să şi explodeze, dacă nu am îngrijit maşina aşa cum trebuie.

În mod similar, corpul nostru funcționează ca un vehicul de care ne putem folosi pentru a zbura de aici spre eternitate, către cel mai înalt nivel al cunoaşterii ştiințifice. Câteodată însă, noi îl stricăm sau nu-l folosim pentru adevăratul lui scop. De exemplu, maşina noastră poate parcurge mulți kilometri ca să ne ducă la serviciu, la prietenii noştri sau în diferite locuri pitoreşti. Dar noi n-avem grijă de ea, îi punem benzină inferioară, nu avem grijă de ulei, de apă, de tot. Atunci bineînțeles că nu o să meargă nici prea mult, nici cu viteză şi ne trezim că ne învârtim în cerc pe iarba din propria noastră

curte. Este în regulă şi aşa, dar asta înseamnă că am cumpărat maşina degeaba. Ne-am risipit banii, timpul şi energia noastră. Asta este tot. Nimeni nu e de condamnat. Nici poliția n-o să vă amendeze pentru asta. Doar că ați risipit banii şi maşina, când ați fi putut să călătoriți departe, să fi văzut multe lucruri şi să vă fi bucurat de privelişti noi.

La fel şi cu corpul nostru. Noi trăim în această lume, dar trebuie să avem grijă, căci în corpul nostru fizic se găsesc acele instrumente care ne permit să zburăm dincolo. La fel ca un astronaut, el stă în racheta lui, racheta este instrumentul lui. El trebuie să aibă grijă ca să respecte legile fizicii, ca racheta să zboare repede şi sigur. Astronautul din interiorul rachetei este cel important. Racheta îl duce la destinație, dar racheta nu este obiectul principal, ci astronautul şi destinația lui. Dacă o va folosi doar ca să zboare în jurul insulei Long Island, atunci va fi pierdere de timp. Va risipi banii poporului său.

Prin urmare, corpul nostru este deosebit de prețios, pentru că în el se află Maestrul. De aceea se spune în Biblie: „*Nu ştiți că trupul vostru este templul lui Dumnezeu şi Dumnezeu se află în voi?*" Sau Duhul Sfânt, care e acelaşi lucru. Dacă noi suntem casa în care locuieşte Duhul Sfânt sau Dumnezeul Atotputernic, vă dați seama ce teribil este, ce semnificație copleşitoare are? Dar mulți oameni citesc această propoziție şi nu realizează măreția ei şi nici nu încearcă să-i afle înțelesul. De aceea, discipolii mei, ei îmi urmează învățăturile, pentru că ei pot afla cine se află în interiorul lor, ce se află dincolo de lumea noastră, în afară de lupta zilnică pentru existență, pentru a câştiga bani, în afară de toate problemele fizice.

Înăuntrul nostru, noi avem mult mai multă frumusețe, libertate şi cunoaştere. Toate acestea sunt ale noastre, le avem în noi, trebuie doar să descoperim calea de a le contacta. Pur şi simplu noi nu ştim unde este cheia, am ținut această casă închisă atât de mult timp, încât am şi uitat de comoara care zace înăuntru. Asta e tot.

Deci, aşa numitul Maestru este cel care ne ajută să deschidem uşa şi ne arată ceea ce ne aparține deja de la început. Dar trebuie să avem răbdare şi să mergem înăuntru şi să analizăm fiecare lucru care se află acolo.

Deci, eram la Nivelul Doi. Sunteți interesați să mergem mai departe? (Publicul: Da! Da!) Vreți să ştiți totul fără să munciți? (Maestra râde) Bine. Cel puțin cineva vă poate spune cum arată o altă țară pe care voi nu ați vizitat-o. În regulă? Cel puțin voi sunteți interesați, poate vreți să mergeți. Bine. Deci, după Nivelul Doi, de fapt n-am terminat totul despre Nivelul al Doilea, dar ştiți, nu putem să stăm aici toată ziua. Deci, după Nivelul al Doilea, puteți avea şi mai multă putere. Dacă sunteți hotărâți şi munciți pentru asta, puteți trece în al Treilea. Aşa zisul al Treilea Nivel, reprezintă o treaptă mai sus.

Cel care merge în a Treia Lume trebuie să fie absolut curat de toate datoriile din această lume, cel puțin. Dacă datorăm ceva regelui acestei lumi fizice, nu putem merge mai sus. La fel, de exemplu, dacă eşti un criminal care nu şi-a săvârşit pedeapsa, nu poți trece granița în altă țară. Datoria din această lume include multe lucruri pe care le-am făcut întrecut, în prezent şi poate în zilele viitoare ale vieții fizice. Înainte de a pleca în lumea de dincolo, toate acestea trebuie plătite, aşa cum ne plătim taxele. Deci, când suntem în a Lumea a Doua,

noi începem să lucrăm cu ce a mai rămas din karma din trecut şi karma pe care o creăm în viața prezentă. Pentru că fără karma din trecut, noi nu putem exista în această viață.

Maeştrii sunt de două categorii. Unii fără karmă, dar care împrumută karma ca să coboare pe pământ, şi alții sunt ca noi, oameni obişnuiți, dar cu karma curată. Deci, fiecare dintre noi este un potențial Maestru, un Maestru în devenire. Câteodată, Maestrul coboară de la nivelul lumilor înalte cu karma împrumută. Cum vi se pare să împrumutați karma? (Maestra râde) E posibil. E posibil.

De exemplu, înainte ca voi să veniți jos aici, voi ați mai fost în această lume şi înainte. Şi ați avut interacțiuni, relații, ați cunoscut oameni de ani de zile, poate de sute de ani. Apoi vă întoarceți în rai sau la casa voastră, care poate fi foarte departe, la un nivel diferit, cel puțin la Nivelul Cinci. Acolo este casa Maestrului, la Nivelul Cinci. Dar dincolo de acesta sunt multe alte niveluri.

Acum, dacă vrem să ne întoarcem pe pământ, din compasiune sau pentru că Tatăl ne trimite cu o misiune, atunci coborâm. Şi datorită afinităților cu anumiți oameni din trecut, putem să împrumutăm din acontul lor, ştiți, karma lor. Împrumutăm numai datorii, nimic bun de la oameni, doar datorii. Împrumutăm unele datorii şi apoi le plătim cu ajutorul puterii noastre spirituale, încet, încet, până ne terminăm misiunea pe pământ. Deci, acesta este un gen diferit de Maestru, da? Mai există şi altă categorie, cei care sunt din această lume şi care practicând devin imediat Maeştri, aici pe pământ, ca şi cum ar absolvi o şcoală. Da. Ca la universitate, unde avem profesori şi studenți care termină şi devin şi ei profesori

după aceea. Există profesori cu vechime mare în muncă şi alții care au absolvit facultatea de curând. În mod asemănător se întâmplă şi cu această categorie de Maeştri.

Acum, dacă vrem să mergem în lumea a treia, trebuie să fim absolut curați de orice urmă de karmă. Karma este legea „*ce semeni, aceea vei culege*". De exemplu, dacă plantăm o sămânță de portocală, obținem portocale, dacă plantăm o sămânță de măr, obținem mere, aceasta este aşa numita karma. În limba sanscrită, karma înseamnă cauză şi retribuție. Biblia nu vorbeşte de karmă, dar spune *„ce seamănă omul, aceea va şi secera"*, ceea ce este acelaşi lucru.

Biblia este forma concisă a învățăturilor Maestrului, şi oricum şi viața Lui a fost scurtă. De aceea nu avem prea multe explicații în Biblie. În plus, multe versiuni ale Bibliei au fost cenzurate, ca să satisfacă interesele aşa zişilor lideri ai mişcărilor religioase, care nu au fost mereu oameni spirituali. Ştiți cum e, peste tot oamenii vând şi cumpără, comercianți, există comercianți în toate aspectele vieții. Dar ştim că Biblia adevărată este puțin diferită, ceva mai lungă, mai precisă şi mai uşor de înțeles. Dar, pentru că nu dispunem de dovezi suficiente, e mai bine să nu vorbim, să nu fim acuzați de blasfemie. Deci noi putem să afirmăm numai ce putem dovedi.

Desigur că mă veți întreba: „Ne vorbiți de Lumea a Doua, a Treia şi a Patra. Cum puteți dovedi existența lor?" Ei bine, pot! Pot să o dovedesc. Dacă veți merge cu mine, pe acelaşi drum, veți vedea aceleaşi lucruri ca şi mine. Dar dacă nu, atunci nu vă pot dovedi nimic. Se înțelege de la sine. Deci, îndrăznesc să vă vorbesc despre aceste lucruri, pentru că există dovezi. Putem să o dovedim prin sute de mii de discipoli din întreaga

lume. Deci noi putem să spunem lucruri pe care le cunoaştem. Dar pentru asta trebuie să mergeți cu mine, trebuie să mergeți. Altfel, nu puteți să spuneți: „Ştiți, mergeți dumneavoastră în locul meu şi apoi spuneți-mi ce-ați văzut şi arătați-mi totul." Aşa nu pot.

De exemplu, dacă nu m-aş afla acum la Națiunile Unite, în această încăpere, oricât mi-ați povesti despre ea, nu ar avea sens pentru mine, deoarece experiența nu mi-ar aparține. E adevărat? Deci, acolo trebuie să mergem personal cu ghidul cu experiență. Sunt prezenți în această sală câțiva din discipolii mei, de diferite naționalități, care au avut aceste experiențe despre care v-am vorbit, unii parțial, alții în totalitate.

Prin urmare, după Lumea a Treia, dar tot ce v-am spus până acum nu reprezintă totul, este doar o parte din lucruri. Un fel de jurnal de călătorie care relatează totul pe scurt, fără detalii. Când citim o carte despre o țară, nu este țara în realitate. Am dreptate? În concluzie, noi avem multe cărți de călătorie despre țările lumii, dar tot preferăm să mergem noi înşine să le vedem. Aşa este? Cunoaştem destule lucruri despre Spania, Tenerife, Grecia, dar acestea sunt doar informații din filme sau cărți. Trebuie să ne ducem acolo să simțim bucuria de a ne afla în asemenea locuri, să savurăm mâncarea care ni se oferă, să ne bucurăm de apa mării şi vremea frumoasă, de oamenii prietenoşi şi întreaga atmosferă pe care nu o putem trăi sau experimenta doar citind cărți.

Acum, să presupunem că am trecut şi de Lumea a Treia. Ce urmează? Bineînțeles, mergeți mai sus, în a Patra. Şi aceasta este mai mult decât extraordinară. Nu putem folosi limbajul uman pentru a descrie toate aceste lucruri, de teamă că

ofensăm pe stăpânul acestei lumi. Căci această lume este aşa de frumoasă, chiar dacă are şi câteva părți întunecoase, mai negre decât o pană de lumină în New York. Ați trăit vreodată senzația provocată de un oraş întreg scufundat în întuneric absolut? Da! Ei bine, este mai întunecat decât atât. Este un fel de oraş interzis. Înainte de a ajunge la cunoaşterea lui Dumnezeu, suntem opriți acolo. Doar cu ajutorul unui Maestru, un Maestru cu experiență, puteți trece, altfel nu veți putea găsi drumul în acea lume.

Când vom atinge diferite niveluri ale planurilor de existență, vom experimenta schimbări nu numai spirituale, dar şi fizice şi intelectuale. Totul se va schimba în viața noastră. Vom privi viața altfel, vom merge altfel, vom munci altfel. Chiar când muncim, munca noastră zilnică va avea o însemnătate nouă, vom înțelege de ce trebuie să avem această meserie sau de ce trebuie să o schimbăm. Vom înțelege scopul nostru în viață, nu vom mai fi neliniştiți şi agitați, da! Vom aştepta răbdători ca misiunea noastră pe pământ să se termine, pentru că ştim unde vom merge după aceea. O să ştim încă în timpul vieții. De aceea se spune „a muri în timp ce trăieşti”. Da, da! Şi cred că mulți dintre voi ați mai auzit aceasta înainte, căci nu cunosc nici un maestru care o poate exprima diferit (Maestra râde), decât că trebuie să experimentăm noi înşine bucuria experiențelor interioare.

Cum ar putea cineva să descrie un Mercedes, de exemplu, diferit? Descrierile trebuie să coincidă. Oricine are un Mercedes Benz şi ştie ce este un Benz, cum arată, îl va descrie la fel, dar acesta nu e Benz-ul adevărat. Prin urmare, chiar dacă folosesc un limbaj obişnuit, lucrurile despre care v-am vorbit nu sunt obişnuite, ele trebuie experimentate personal,

cu muncă, cu sinceritate şi sub îndrumarea unui ghid. În acest fel, este mai sigur. Altfel, şansa de a reuşi singuri este de unu la un milion, este periculos, riscant, iar rezultatele nu sunt sigure.

În trecut au existat câțiva oameni care au reuşit singuri, de exemplu Swedenborg sau Gurdjieff, care se presupune că au reuşit să parcurgă acest drum singuri. Dar când citesc despre unii din ei, în legătură cu această muncă, n-au făcut-o fără pericole şi fără o mulțime de probleme. Şi apoi, nu e sigur că au atins cel mai înalt nivel.

Deci, după a Patra Lume, puteți merge într-un nivel şi mai înalt. Nivelul al Cincilea este casa Maeştrilor, toți Maeştrii vin de acolo. Chiar dacă nivelul unora este mai înalt decât al Cincilea, ei stau totuşi acolo. Este reşedința Maeştrilor. Dincolo de acest nivel există multe aspecte ale lui Dumnezeu, care sunt foarte greu de înțeles. Mă tem să nu vă creez confuzii, aşa că vi le voi dezvălui probabil altă dată sau poate după inițiere, când veți fi pregătiți puțin mai mult. Atunci vă voi spune câteva lucruri teribile despre imaginația voastră, cum greşeşte câteodată în interpretarea multor idei despre Dumnezeu.

Sesiunea de întrebări şi răspunsuri după prelegere

Î. - Aţi menţionat că un Maestru poate împrumuta karma oamenilor. În acest caz, karma este ştearsă pentru aceşti oameni? Ce consecinţe are acest lucru asupra lor?
M. - Da, desigur! Maestrul poate şterge karma oricui, dacă asta doreşte Maestrul să facă. De fapt, toţi discipolii, la momentul iniţierii, trebuie să aibă karma din trecut anulată. Vă las doar karma prezentă, ca să vă puteţi continua această viaţă, altfel aţi muri imediat. Fără karmă nu puteţi trăi aici. De aceea Maestrul trebuie să şteargă doar karma din trecut, astfel încât persoana va fi purificată şi să îi lase doar o mică parte din karmă, ca să continue această viaţă şi să termine ceea ce are de făcut. După aceasta s-a terminat. De aceea poate să plece, altfel cum ar putea? Chiar dacă este curat în această viaţă, cât de curat poate fi? Ce face cu karma din vieţile trecute, înţelegeţi?

Î. - Care este scopul practicii dumneavoastră?
M. - Care este scopul? Nu v-am spus? De a călători dincolo de această lume, de a ne întoarce la Împărăţia lui Dumnezeu, de a ne cunoaşte înţelepciunea şi de a fi mai buni în această viaţă.

Î. - Şi există karmă în toate lumile superioare?
M: - Nu în toate, până la Nivelul Doi, pentru că mintea noastră, creierul nostru, calculatorul, este construit la Nivelul al

Doilea. Când coborâm de-a lungul drumului până în planul fizic, să presupunem că avem o sarcină de îndeplinit, să spunem ca un exemplu, chiar şi Maestrul care coboară de la Nivelul al Cincilea până la nivelul fizic al acestei lumi, trebuie să treacă prin Nivelul Doi şi să-şi ia un calculator şi să-l fixeze ca să poată lucra în această lume. La fel ca un scafandru care se scufundă în mare. Trebuie să-şi pregătească masca, tubul de oxigen, totul. Chiar dacă el nu arată aşa de ridicol, când îşi pune masca de oxigen şi costumul de scafandru, arată ca o broască. Cam aşa arătăm şi noi câteodată cu acest computer şi neajunsurile noastre fizice. În rest, arătăm de-a dreptul minunat. Chiar dacă vă gândiți că sunteți frumoşi acum, sunteți atât de urâți în comparație cu înfățişarea voastră adevărată, din cauza tuturor acestor instrumente ne sunt necesare ca să ne scufundăm adânc în această lume să putem lucra.

Deci după ce depăşim Nivelul al Doilea şi urcăm mai sus, trebuie să lăsăm computerul la acest nivel, pentru că numai avem nevoie de el. Ca şi scafandrul, când atinge țărmul îşi dă jos masca de oxigen, tot echipamentul şi arată cum era înainte. Da? Bine.

Î. - Ne-ați spus că la sfârşitul celui de-al Doilea Nivel, înainte de a urca mai sus, trebuie să curățăm toata karma. Aceasta înseamnă şi karma din toate viețile trecute, cea cu care intrăm în această lume?

M. - Da. Pentru că noi nu mai avem nici un „computer” ca să înregistreze ceva. Avem karmă doar atunci când avem computerul, adică mintea şi creierul care au rolul de a înregistra orice experiență din lumea fizică. De aceea le avem. Bune sau rele, noi le înregistrăm aici. Asta este ceea ce numim karmă. Ce este karma, de fapt? Nimic altceva decât

experiențele şi reacțiile noastre, bune sau rele, experiențele învățate de-a lungul multor vieți. Şi pentru că noi avem o aşa numită conştiință, noi ştim că ar trebui să facem bine, dar uneori am făcut rău. Deci, aceasta numim noi karmă. Faptele rele ne trag în jos, la fel ca un balast, ca un bagaj greu, din cauza legii gravitației, ne trage în jos şi ne îngreunează urcarea noastră pe munte. Deoarece în lume există o mulțime de legi morale, de tradiții şi obiceiuri care diferă de la o națiune la alta, acestea ne îngrădesc concepțiile noastre despre bine şi rău, vinovăție şi inocență. Prin urmare, când intrăm în legătură cu oamenii din această lume, vom încerca sentimente de bine sau rău, de vinovăție sau inocență, în funcție de obiceiurile, legile şi tradițiile națiunii respective. Şi devine un obicei că noi gândim în felul respectiv, dacă facem asta este greşit, dacă facem cealaltă suntem răi. Şi toate acestea sunt înregistrate aici. Din această cauză noi transmigrăm şi devenim prizonierii acestei lumi fizice sau ai unei lumi ceva mai înalte decât cea fizică, dar nu destul de înaltă. Noi nu suntem destul de liberi şi nici destul de uşori ca să plutim deasupra, din cauza acestor concepții sau idei preconcepute.

Î. - Este hotărât dinainte ce nivel vom atinge în fiecare viață?
M. - Nu, noi suntem liberi să mergem mai repede sau mai încet. Da. Să luăm de exemplu maşina voastră, puneți în ea 100de litri de benzină şi puteți să mergeți mai repede şi să ajungeți la destinație mai repede, sau puteți să mergeți mai încet. Cum vreți voi.

Î. - Aş vrea doar să întreb, îngerii, la ce nivel se află?
M. - Îngerii? Oh! Depinde, ce fel de îngeri?
Î. - Îngerii păzitori.

M. - Ah, îngerii păzitori. Pot ajunge până la al Doilea Nivel. Îngerii sunt inferiori oamenilor, au prestigiu mai mic. Rolul lor e să ne servească pe noi.
Î. - Şi ei nu depăşesc niciodată acest nivel?
M: - Nu! Exceptând cazul în care pot deveni ființe umane. De fapt, ei sunt foarte invidioşi pe ființele umane, pentru că Dumnezeu sălăşluieşte în ele. Noi avem toate facilitățile să devenim una cu Dumnezeu, dar îngerii nu. E mai complicat. Am să vă explic altă dată.

Sunt unele lucruri făcute pentru folosul nostru, deşi există mai multe feluri de îngeri. De exemplu, dacă sunt făcuți de Dumnezeu, ei au rolul de a ne servi pe noi şi nu ar trebui, nu trebuie să depăşească acest prag. Dar ei pot. Câteodată, ceva este construit fără aranjamentul de rigoare de a se perfecționa.

De exemplu, în casa voastră, un obiect este construit pentru confortul vostru. Chiar dacă este ceva fantastic, totuşi nu e decât un obiect care vă slujeşte. De exemplu, stați în acest loc dar puteți stinge şi aprinde lumina în întreaga casă şi grădină, sau puteți aprinde şi stinge televizorul, pentru că voi ați inventat toate aceste aparate, doar ca să vă servească pe voi. Chiar dacă sunt mai perfecționate decât noi sub anumite aspecte, de exemplu stai într-un singur loc şi poți controla întreaga casă, dar nu poți să faci aşa ceva prin efortul propriu, asta nu înseamnă că sunt mai bune decât voi. Ele sunt făcute cu scopul unic de a vă servi pe voi. Chiar dacă în anumite privințe vă întrec, totuşi nu sunt mai bune decât voi. Computerul nu va fi niciodată o ființă umană.

Î. - Maestră Ching Hai, aş vrea să ştiu - faptul că suntem într-un corp acum - asta înseamnă că noi nu am reuşit să ne eliberăm din acest corp în trecut? Am fost întotdeauna în

această stare sau am fost într-o stare mai bună înainte? Care ar fi atitudinea sau starea cea mai potrivită pentru a progresa rapid?

M. - Deci, să părăsim corpul şi să plecăm cât mai repede? Da, se poate, dacă ştim cum. Sunt multe metode diferite de a părăsi trupul şi de a merge în lumea de dincolo. Unele nu ne duc prea departe, altele ne duc foarte departe, iar unele ne duc până la sfârşit. Acesta este rezultatul cercetărilor mele pe care le-am făcut în tinerețe - chiar dacă şi acum arăt tânără, atunci eram şi mai tânără. Metoda noastră este cea mai bună. Ea ne duce până la cel mai îndepărtat capăt al drumului, până la sfârşit.

Sunt multe alte metode şi dacă vreți, puteți alege. Sunt multe pe piață, unele vă duc în lumea Astrală, altele mai departe, în lumea a Treia, chiar a Patra, dar nu sunt multe care vă pot duce până la Nivelul Cinci. Scopul metodei, a practicii noastre, este să vă ducă până la Nivelul Cinci, înainte de a vă lăsa liberi. Vă lăsăm să mergeți singuri. Dincolo de Nivelul Cinci, putem atinge diferite manifestări ale lui Dumnezeu, dar aceasta nu este întotdeauna ceva plăcut.

Noi ne imaginăm mereu că mai sus înseamnă mai bine, dar nu este întotdeauna adevărat. De exemplu, să ne imaginăm că ne aflăm într-un palat şi suntem invitați în camera de oaspeți a maestrului. Noi stăm acolo şi suntem serviți cu băuturi răcoritoare, mâncăruri fine şi de toate. Şi deodată ne gândim să mergem mai departe şi în alte camere, să aruncăm o privire. Şi aşa ajungem în camera pentru gunoi şi alte lucruri din casă. Nu e întotdeauna important. Să zicem că întâmplător intrăm în centrala electrică din spatele casei, din afara casei, şi ne electrocutăm şi murim. Deci, nu e întotdeauna necesar sau recomandat să mergem prea adânc în miezul lucrurilor, deşi o putem face de dragul aventurii.

Î. - Am două întrebări. Prima este că dacă e să avem memorii dintr-o viață trecută, din ce nivel vin ele? Şi a doua, care este legătura dintre viața trecută şi karma noastră prezentă, modul nostru de înțelegere? Ele sunt o parte din „bagajul acesta în exces"?

M. Da, da. Ele sunt legate foarte mult. Prima întrebare, de unde vine karma trecută? Poți să citeşti înregistrarea din viața trecută, asta este sigur. Iar informațiile din viața trecută, după cum v-am mai spus, vin din registrul akashic. Acesta este un fel de bibliotecă de la Nivelul al Doilea, accesibilă tuturor celor care ajung acolo. Nu oricine poate intra în biblioteca Națiunilor Unite şi să aibă acces. Eu am, de exemplu, astăzi, pentru că am fost invitată să vorbesc aici, la Națiunile Unite. Bine? Nu oricine poate intra aici, dar voi puteți, pentru că voi sunteți un fel de rezidenți aici. În mod asemănător, când avem accesul la Nivelul al Doilea, putem citi totul despre viața trecută. De asemenea, când avem acces la Primul Nivel, unii din noi putem arunca o privire în viața trecută a unei persoane. Dar acesta nu este o înregistrare foarte fidelă sau completă.

Care este legătura dintre experiențele din viața trecută şi karma prezentă? Putem spune că acestea sunt experiențele pe care le-am asimilat, ca să putem face față în viața prezentă. Ceea ce ați asimilat în trecut, acum aplicați în practică. La fel, prea multe experiențe neplăcute din trecut, vă pot produce teamă când vedeți un semn foarte asemănător cu cel din viața trecută. De exemplu, în viața trecută ați căzut pe scări, a fost un accident, v-ați lovit rău, era întuneric şi nimeni în jur ca să vă ajute. Acum, când coborâți scările, vă este puțin frică, în mod deosebit când este întuneric, ezitați, nu ştiți ce să faceți, să coborâți sau nu. Sau, dacă în viața trecută ați studiat şi ați făcut cercetări într-un anumit domeniu ştiințific, în această viață

veți fi interesați mai departe în acelaşi domeniu. Deci, veți simți o atracție către cercetare, chiar dacă nu sunteți un om de ştiință acum. Se întâmplă lucruri de acest fel.

De aceea Mozart a fost genial încă de la vârsta de patru ani. S-a aşezat direct la pian şi a devenit faimos, rămânând faimos până şi azi. A fost un geniu, pentru că a practicat multe vieți înainte, până a devenit maestru, apoi a murit. Înainte de a atinge vârful carierei sale a murit şi n-a vrut să-şi părăsească cariera pentru că a iubit muzica. Aşa că a revenit pe pământ şi tot ce a învățat în trecut, toată experiența şi talentul, i-au revenit şi ele, datorită dorinței sale puternice de a continua, dorință avută atunci când a murit.

Unii oameni învață foarte multe lucruri în lumea Astrală sau la Nivelul Doi, înainte de a se naşte din nou! De aceea sunt aşa de înzestrați în ştiință, muzică, literatură sau fel de fel de invenții extraordinare, pe care alți oameni nu le înțeleg sau nici măcar nu visează să le inventeze. Pentru că ei le-au mai văzut şi le-au studiat înainte.

Prin urmare sunt două moduri de a învăța: în această lume sau în lumea de dincolo. Aceia care sunt deosebit de dotați, geniile, ei sunt experții din lumea Astrală, din Nivelul Doi, uneori chiar al Treilea Nivel dacă ei au ales să se nască din nou. Ei sunt excelenți, sunt genii.

Î. - În mod specific, ce implică inițierea dumneavoastră şi odată inițiat, în ce va consta practica de zi cu zi?

M. - În primul rând, totul este gratuit şi nu vă impune nimic, însă acela care vrea să continue pe acest drum va trebui să-şi impună singur anumite lucruri, dacă vrea să progreseze. Deci condițiile sunt că nu este necesar să aveți experiențe anterioare, şi nici cunoştințe despre yoga sau meditație. Dar trebuie să țineți toată viața o dietă vegetariană.

Fără ouă. Laptele şi brânza sunt în regulă. Tot ce e obținut fără a ucide este în regulă.

Ouăle nu sunt permise, pentru că implică ucidere pe jumătate, chiar dacă unele sunt nefertilizate. În plus, ouăle au tendința de a atrage forțele negative. Ştiți, de aceea, mulți practicanți ai magiei albe sau negre, aşa numiții „voodoo", ei folosesc ouăle pentru a scoate spiritele rele din ființele posedate. Ştiați asta sau nu? (Cineva răspunde: da.) Ştii? Oh, este fantastic! Cel puțin am o dovadă imediată, dacă nu am iluminare imediată.

La timpul inițierii veți avea experiența Luminii şi Sunetul lui Dumnezeu. Muzica spiritului vă va ridica la cel mai înalt nivel de conştiință. Veți cunoaşte savoarea samadhiului, pacea şi bucuria profundă. Şi după aceea veți continua să practicați acasă, dacă sunteți serioşi. Dacă nu, eu nu vă pot forța şi n-am să vă mai deranjez niciodată. Dacă însă continuați şi vreți ca eu să vă ajut mai departe, atunci voi continua şi eu. Dacă nu, atunci aceasta este calea. Şi două ore şi jumătate de meditație pe zi. Vă treziți dimineața mai devreme, meditați două ore înainte de a dormi, şi poate o jumătate de oră la prânz. Aveți pauza de prânz de o oră atunci când eu nu sunt aici ca să vorbesc, deci vă ascundeți undeva şi să meditați. Deci este deja o oră. Apoi seara puteți medita încă o oră sau o jumătate de oră. Dimineața puteți să vă sculați cu o oră mai devreme.

Încercați să faceți mai multă ordine în viața dumneavoastră, ştiți, mai puțin televizor, bârfă, telefoane, ziare, şi veți găsi astfel o grămadă de timp. Da, este adevărat, noi avem timp destul, dar câteodată îl risipim. Ca maşina care se învârteşte pe loc în grădină, în loc să ne ducă la Long Island. Sunteți mulțumiți cu ce v-am spus? (Cel întrebat răspunde: da.) Nici o altă condiție pentru voi, decât că trebuie să vă

angajaţi la această practică toată viaţa. Şi zilnic voi veţi experimenta schimbări în bine şi chiar miracole vor avea loc în viaţa voastră, nu pentru că le doriţi, ele se vor întâmpla oricum. Înţelegeţi? Veţi cunoaşte cu adevărat ce înseamnă raiul pe pământ, dacă practicaţi cu seriozitate. De aceea sute de mii de discipoli mă urmează de atâţia ani, pentru că ei au experienţe tot mai bune, deoarece sunt serioşi şi practică.

Î. - Vă rog să explicaţi natura conştiinţei.

M. - Natura conştiinţei, bine. Este greu de explicat, dar vă puteţi folosi inteligenţa ca să vă imaginaţi. Este un fel de înţelepciune, ştiţi, care vă ajută să ştiţi ceva mai bine decât aţi ştiut-o înainte. Da, ştiţi lucruri care aparţin lumii de dincolo şi lucruri care aparţin acestei lumi, pe care nu le-aţi cunoscut până acum, şi începeţi să înţelegeţi multe lucruri pe care nu le-aţi înţeles până nu demult sau poate niciodată. Aceasta este conştiinţa.

Atunci când veţi deschide această conştiinţă sau aşa zisa înţelepciune, veţi înţelege cu adevărat cine sunteţi, de ce sunteţi aici, cine şi ce se află dincolo de această lume sau în afară de lumea noastră. Sunt multe lucruri. Deci nivelul de conştiinţă reprezintă grade diferite de înţelegere, ca treptele unui colegiu. Cu cât înveţi mai mult, cu atât ştii mai multe, până când ai absolvit.

E dificil să explici ceva ce este atât de abstract, dar am încercat. E un fel de deşteptare, este dificil să explici deşteptarea. Atunci când atingi niveluri diferite, mai înalte, ale conştiinţei, gradul tău de deşteptare este diferit. Veţi cunoaşte şi veţi percepe lucrurile diferit. Veţi simţi pacea absolută, liniştea, binecuvântarea. Nu veţi mai avea griji şi totul în viaţa zilnică va deveni clar pentru voi. Veţi şti cum să vă

rezolvați problemele şi să aveți grijă de ele mai bine. Veți avea beneficii încă în timp ce vă aflați în lumea fizică. Şi în interiorul vostru, ceea ce veți simți, numai voi veți şti. E dificil să explici aceste lucruri. E ca şi cum vă căsătoriți cu fata pe care o iubiți - ce simțiți, numai voi ştiți. Nimeni nu poate simți pentru voi.

Î. - Stimată Maestră, vă mulțumim pentru învățăturile dumneavoastră. Aş dori să vă adresez o întrebare care mă preocupă în mod deosebit. De ce astăzi sunt aşa de mulți Maeştri pe pământ, dându-ne şansa să învățăm aşa de repede, pe când în trecut era aşa de dificil? Puteți să ne vorbiți despre aceasta?

M. - Da, desigur. E pentru că în vremurile noastre mijloacele de comunicare sunt mult mai bune. Aşa putem afla mai repede de existența Maeştrilor, nu că ei n-ar fi existat întrecut sau că ar fi fost inaccesibili. Desigur, unii Maeştri sunt mai accesibili decât alții. Depinde de alegerea lor, de dorința lor de a oferi sau de afinitățile cu masele largi de oameni. Dar şi-atunci, în trecut, au existat întotdeauna unul, doi, trei, patru, cinci Maeştri, în funcție de necesitățile timpului. Astăzi noi suntem informați mai bine de existența lor, pentru că astăzi suntem norocoşi să avem mass-media, televiziunea, radioul sau cărți care pot atinge tiraje de milioane sau sute de milioane într-un timp foarte scurt.

Pe vremuri, dacă doream să tipărim o carte, trebuia să tăiem mai întâi copacul, să-l cioplim cu unelte rudimentare care ajung „kaput” destul de repede şi nu mai sunt de nici un folos, să-l lustruim cu piatra şi apoi să gravăm cuvintele unul după altul. Şi dacă am fi vrut să transferăm un set întreg de Biblii asta ar fi însemnat un convoi întreg, camioane mari, dacă s-ar fi

putut vorbi de aşa ceva pe atunci. De aceea acum ştim de existența multor Maeştri.

Da, este un noroc, este foarte bine pentru voi să aveți, să puteți cumpăra, să puteți alege ce doriți. Nimeni nu va putea să vă înşele şi să spună „eu sunt cel mai bun”. Voi aveți termeni de comparație şi puteți să judecați singuri, folosindu-vă de înțelepciunea şi inteligența voastră: „Oh, acesta este mai bun”. Sau: „Celălalt îmi place mai mult”. „Acesta arată bine”. Sau. „Oh, acela e prea urât”. (Râsete)

Î. - Fiindcă tot ați vorbit de cumpărături, întrebarea mea pentru dumneavoastră ar fi, puteți iniția pe cineva care deja a primit inițierea de la alt Maestru?

M. - Pot, doar dacă acea persoană crede cu sinceritate că eu sunt mai capabilă să o călăuzesc către un nivel mai înalt şi într-un timp mai scurt. Altfel, e mai bine să rămână cu Maestrul pe care îl are, dacă se simte ataşat cu putere şi crede în el. Dacă aveți credința că Maestrul vostru este cel mai bun, atunci nu-l schimbați. Dacă, însă, vă îndoiți şi încă nu aveți Lumina şi Sunetul de care v-am vorbit, atunci puteți încerca. Da, pentru că Lumina şi Sunetul este etalonul cu care se măsoară un Maestru adevărat. Îmi pare rău să o spun, dar cel care nu este capabil să vă dea Lumina şi Sunetul imediat, acela nu este un maestru adevărat. A merge spre rai, înseamnă să fii echipat cu Sunet şi Lumină.

Aşa cum pentru a vă scufunda în mare aveți nevoie de costum şi mască de oxigen. Fiecare lucru cu rostul lui. De aceea vedeți că toți sfinții au un cerc de lumină deasupra capului. Aceea este Lumina. Când veți practica această metodă veți radia aceeaşi Lumină ca în picturile cu Iisus, şi oamenii pot să o vadă, cei ce sunt medii bune pot să o vadă. De aceea Iisus

şi Buddha sunt pictați cu un cerc de Lumină în jurul lor. Dacă sunteți deschişi – Maestra arată punctul din mijlocul frunții - veți putea vedea practicanții de un nivel înalt, radiind Lumină. Mulți oameni o pot vedea. A văzut cineva dintre cei care sunteți aici? Dumneavoastră? Ce ați văzut?
Î. - Pot vedea aura, aura...
M. - Da, dar aura este diferită de Lumină. Aura are diferite culori, câteodată este neagră sau de culoarea cafelei, altă dată este galbenă sau roşie. Depinde de temperamentul persoanei la acel moment. Dar dacă întâlniți o persoană cu o aură spirituală puternică, vă dați seama că este cineva deosebit. În regulă?

Î. - Eu nu am de fapt o întrebare. Doar că am practicat raja yoga pentru un timp. Şi la timpul acela puteam vedea astfel de aure, deşi nu ştiam prea multe atunci, nu înțelegeam prea multe.
M. - Şi acum nu le mai vezi? Sau le vezi doar câteodată?
Î. - Nu, acum nu mai meditez.
M. - Oh, de aceea, ți-ai pierdut puterea. Ar trebui să meditezi din nou. Dacă încă crezi că acesta este drumul, trebuie să meditezi. Asta te va ajuta într-o anumită măsură, în orice caz, nu-ți va face rău. Bine?

Î. - Am citit în cartea dumneavoastră că sunt cinci precepte. După inițiere trebuie să păstrăm aceste precepte?
M. - Da, da, da. Acestea sunt legile universului.
Î. - Nu înțeleg „conduita sexuală greşită”.
M. - Înseamnă, dacă ai deja un soț, nu te mai gândi şi la al doilea. (râsete) Foarte simplu. Păstrează-ți viața cât mai simplă, fără complicații, certuri din emoții. Da. Acestea cauzează dureri sentimentale pentru ceilalți. Noi nu-i rănim pe alții, nici măcar emoțional. Asta voiam să spun. Încercăm să evităm

conflictele, suferințele, emoțiile, să nu facem pe nimeni să sufere, în special pe cei pe care îi iubim, asta este tot.

Dacă ai deja pe cineva, nu-i spune. Doare şi mai tare când îi spui. Doar rezolvă-ți singur problema, încet şi în tăcere, fără să te confesezi. Câteodată, oamenii cred că dacă au o aventură extraconjugală şi merg acasă şi se confesează soțului sau soției, atunci este foarte cinstit şi înțelept. N-are nici un rost. Nu e bine. Ai făcut deja greşeala, de ce să aduci tot gunoiul în casă şi să laşi ca alții să se bucure de el? Dacă nu va şti nimic, nu va suferi aşa de rău. Faptul de a şti este dureros. Deci, noi încercăm să rezolvăm această problemă şi să nu o mai repetăm niciodată, asta este. Este mai bine să nu-i spunem partenerului despre toate acestea, ca să nu-l rănim.

Î. - Am observat că mulți Maeştri spirituali au un simț dezvoltat al umorului. Care este legătura dintre umor şi practica spirituală?

M. - Oh, înțeleg întrebarea. Cred că se simt fericiți, relaxați şi cu inima deschisă către orice. Ei pot să râdă de ei înşişi sau de alții, de lucrurile ridicole ale vieții, în timp ce oamenii le iau prea în serios şi sunt ataşați de ele prea mult.

După ce practicăm o perioadă de timp, ne „relaxăm”, nu mai suntem aşa de serioşi. Dacă murim mâine, murim, dacă trăim, trăim. Dacă pierdem totul, atunci pierdem totul, dacă câştigăm totul, atunci câştigăm totul. Da, după iluminare noi avem destulă înțelepciune, ca să ne purtăm de grijă în orice situație. Nimic nu ne mai sperie. Ne pierdem frica, neliniştea sau nerăbdarea. De aceea suntem relaxați. Ne simțim detaşați de această lume. Orice pierdem sau câştigăm în această lume, nu mai contează pentru noi. Dacă câştigăm o mulțime de lucruri este doar pentru binele oamenilor, noi le oferim lor, şi spre binele celor pe care-i iubim. Altfel, noi nu

mai considerăm că noi sau viața noastră este așa de importantă încât să trecem prin toate luptele și suferințele pentru a o păstra. Dacă o păstrăm, e bine și așa. Dar asta nu înseamnă că stăm în pat toată ziua, suntem bătuți în cuie în pat, și medităm. Dimpotrivă, muncim.

De exemplu, și eu continui să muncesc. Pictez, fac lucru de artizanat, ca să-mi câștig existența. Nu vreau să primesc donații de la nimeni. Chiar am un câștig destul de bun să ajut și pe alții. Ajut refugiații, victimele dezastrelor și toți cei la nevoie. De ce să nu lucrăm? Noi avem așa de mult talent și abilități, iar viața este așa de ușoară pentru noi după iluminare, încât simțim că nu trebuie să ne facem griji. Noi ne relaxăm în mod firesc. Așa se naște simțul umorului. Mă gândesc că așa este.

Găsiți că eu am simțul umorului? (Publicul: Da, da!) (Râsete și aplauze) Atunci poate că sunt și eu un fel de maestru, nu? (Râsete) Să sperăm, pentru binele vostru, n-ați pierdut două ore din timpul vostru doar ca să ascultați la o persoană neiluminată.

Î. - Sunt întrebări pe care noi, în căutarea sufletului, ni le punem mereu și primim în schimb fel de fel de teorii și povești, deci aș vrea să vă întreb ce părere aveți dumneavoastră. Prima este: Cine suntem noi? Cine sunt eu? Cum am ajuns în situația neplăcută că trebuie să mă întorc Acasă? Cum de am părăsit Casa și de ce este așa de important să mă întorc? Ați vorbit despre întoarcerea la Nivelul Cinci și că nu este important să mergem mai departe. Dacă există și un punct mai îndepărtat, care este scopul lui? Ce relație există între acest punct și mine ca să nu fie necesar să mă întorc la el? Acestea sunt întrebările mele.

M. - Începe să devină chiar distractiv acum. (Râsete şi aplauze) În ceea ce priveşte întrebarea „Cine sunt eu?”, poţi merge să întrebi unul din maeştrii Zen, care sunt din abundenţă în statul New York. Poţi să te uiţi în paginile aurii şi să găseşti unul (râsete). Eu nu sunt specialistă în aşa ceva.

A doua este: „De ce mă aflu aici?” Poate pentru că îţi place să fii aici. Altfel, cine ne-ar forţa să stăm aici, câtă vreme suntem copiii lui Dumnezeu? Aşa numiţii copii ai lui Dumnezeu sunt chiar Dumnezeu Însuşi. Nu? Un prinţ este asemenea regelui, în unele aspecte, este mai mult sau mai puţin ca regele, este chiar viitorul rege. Deci el se va afla într-un loc anume numai dacă îi place să fie acolo. Oricum, noi avem liberul arbitru de a alege între a fi în ceruri sau în altă parte, pentru a avea propriile noastre experienţe. Probabil că dumneavoastră aţi ales de la început, cu mulţi ani în urmă, să fiţi aici, ca să învăţaţi ceva într-un mediu mai aventuros, ceva mai înfricoşător, mai teribil. Unora le plac experienţele primejdioase.

De exemplu prinţul, el poate să rămână în palat, dar poate cutreiera şi în junglă, pentru că îi place mult să exploreze tot ce există în natură. Se poate întâmpla şi aşa. Poate că noi am fost aşa de plictisiţi în rai, unde totul era gata făcut şi servit la porţile palatului, încât am simţit nevoia să facem ceva noi înşine. La fel ca cei din palatul regal. Câteodată vor să gătească ei singuri, nu mai vor servitori prin preajmă. Şi se murdăresc de ulei şi de ketchup peste tot, dar le place. Nu arată prea regal, dar lor le place.

De exemplu, sunt oameni care conduc maşina pentru mine. Oriunde merg, oamenii doresc să fie şoferii mei. Dar câteodată îmi place să conduc eu însămi. Îmi conduc tricicleta mea electrică, fără benzină, cu baterie care se încarcă la priză, zece kilometri pe oră. Şi îmi place să merg aşa. Pentru că

oriunde mă duc, oamenii mă cunosc, şi câteodată simt nevoia să merg undeva unde nu mă cunoaşte nimeni. Sunt foarte ruşinoasă, cu excepția cazului în care trebuie să țin un discurs, căci aceasta a devenit o datorie de când oamenii m-au scos la iveală şi m-au făcut faimoasă şi până astăzi. Nu pot să mă ascund prea des, dar câteodată tot fug pentru două sau trei luni. La fel ca o soție alintată, care fuge de soțul ei. Deci aceasta este alegerea mea.

Probabil că voi ați ales să fiți aici pentru un timp. Şi poate acum e timpul să plecați pentru că ați învățat destul în această lume şi simțiți că nu mai este nimic ce să învățați aici şi sunteți obosiți de călătorie. Vreți să vă odihniți. Mergeți Acasă, odihniți-vă întâi, apoi vedeți dacă mai vreți să plecați din nou într-o călătorie aventuroasă. E tot ce vă pot spune acum.

Şi de ce trebuie să mergeți Acasă? De ce al Cincilea şi nu al Şaselea? Asta depinde de voi. După al Cincilea puteți merge oriunde doriți. Sunt mult mai multe niveluri mai sus. Dar este mult mai confortabil şi mai neutru să rămâneți acolo. Este prea puternic mai sus. Puteți merge pentru o perioadă de timp, dar poate n-o să vreți să rămâneți acolo.

De exemplu, aveți o casă frumoasă şi o parte din camere sunt destinate odihnei. Dar totuşi, voi nu vreți să vă odihniți acolo pentru totdeauna, chiar dacă este în afara casei voastre. Este ca şi cum ne urcăm pe deal, cu cât urcăm mai sus, cu atât peisajul devine mai frumos, dar totuşi, nu este locul potrivit pentru a ne odihni. Acelaşi lucru când intrați în camera unde se află centrala electrică a locuinței voastre - e zgomot, căldură mare şi e periculos. Deci, nu v-ar place să stați acolo, chiar dacă e un loc folositor pentru casa voastră. Asta e tot.

Există multe aspecte ale lui Dumnezeu pe care nici nu ni le putem imagina. Noi ne imaginăm mereu că pe măsură ce ajungem mai sus, vom găsi mai multă iubire. Sunt însă multe feluri de iubire, există iubire violentă, iubire puternică, îngăduitoare sau neutră. Depinde cât putem noi să suportăm. Dumnezeu ne va da grade diferite de iubire. Aşa este. La niveluri diferite vom întâlni grade diferite de iubire. Dar câteodată e foarte puternică, simţim că ne rupem în fâşii.

Î. - Văd atâta distrugere în jurul meu, distrugere ecologică şi cruzime. Cruzime faţă de animale. Mă întreb ce părere aveţi despre aceasta şi ce le recomandaţi celor care încearcă să se elibereze de lumea aceasta într-o manieră spirituală, pentru a-i ajuta să facă faţă mediului şi devastării care se petrece în jurul lor? Şi credeţi că trecerea în lumea de dincolo este suficientă pentru a ne da seama ce lăsăm în urmă sau credeţi că avem datoria de a încerca să alinăm suferinţele, încă în timp ce ne aflăm în planul acesta? Va aduce vreun bine?
M. - Da. Sigur că merită. Cel puţin pentru noi, pentru conştiinţa noastră, să fim cu cugetul împăcat că am încercat totul pentru a uşura suferinţele semenilor noştri. Şi eu fac la fel. Am făcut-o, o fac şi o voi face.

V-am spus deja că banii noştri sunt distribuiţi diferitelor organizaţii sau ţări, unde au avut loc dezastre. Nu vreau să mă mândresc cu asta, dar pentru că întrebaţi, de exemplu, anul trecut am ajutat insulele Filipine, datorită dezastrului provocat de erupţia vulcanului Pinatubo. Am ajutat apoi victimele inundaţiilor din Au Lac, China şi alte ţări. Şi acum încercăm să ajutăm refugiaţii din Au Lac, pentru a uşura efortul Naţiunilor Unite, în cazul în care vor să primească ajutorul nostru. Deci noi încercăm. Noi le oferim suportul nostru

financiar şi putem chiar să le asigurăm adăpost, dacă ONU ne permite să o facem, deci cu binecuvântarea ONU.

Deci şi noi facem toate aceste lucruri despre care ați întrebat, deoarece atâta timp cât suntem aici, ar fi bine să păstrăm mediul înconjurător cât mai curat posibil. Prin urmare, noi îi ajutăm pe cei ce suferă şi ajutăm la ridicarea standardului lumii, moral, fizic şi spiritual. Pentru că unii nu acceptă ajutorul meu spiritual, atunci eu le ofer ajutorul fizic. Aşa vor ei, aşa îi ajutăm. Deci, asta facem şi pentru asta trebuie să câştig bani. De aceea eu nu vreau să trăiesc din donațiile oamenilor.

Toți călugării şi discipolii mei trebuie să muncească, la fel ca şi voi. Apoi, în afară de aceasta, noi ajutăm şi pe plan spiritual, ajutăm în ceea ce priveşte suferința lumii, ajutăm la eliberarea lumii de suferință. Trebuie să facem aceasta. Nu înseamnă că noi stăm toată ziua în samadhi şi ne bucurăm numai noi. Am fi un fel de Buddha egoist şi nu dorim să avem printre noi aşa ceva. (Râsete)

Î. - Ne-ați spus că la un anumit nivel suntem conştienți de puterile noastre, care vin din această stare de conştiință. Acum, ce se întâmplă dacă suntem conştienți de aceste puteri, dar nu ştim dacă noi le avem sau nu? S-ar putea să avem doar impresia că le avem. Cum putem să le accesăm? Şi dacă avem acces la ele, cum să facem să nu devenim nerăbdători cu tot ce se întâmplă în jurul nostru? Vedeți, cum putem să lăsăm totul să se desfăşoare atât de lent, când ştim că prin rugăciune sau alte metode putem ajunge la rezultate mult mai bune şi mai rapide? Cum se explică fenomenul şi în ce fel se poate ajunge la aceste puteri, alături de binecuvântarea care decurge din ele? Înțelegeți ce vreau să spun?

M. - Înțeleg, înțeleg. Vreți să spuneți: Cum să avem răbdare să suportăm un sistem birocratic şi aşa de lent, când ştim că avem puterea să schimbăm lucrurile? Cum să ai răbdare şi să nu schimbi lucrurile, aşa? Sau nu este mai bine să ne rugăm sau să facem ceva magie sau doar să arătăm cu degetul şi lucrurile să se schimbe? Nu, eu am răbdare pentru că trebuie să lucrăm în ritmul acestei lumi, pentru a evita haosul. Da.

De exemplu, un copil nu poate să fugă. Doar pentru că tu te grăbeşti şi vrei să alergi, asta nu înseamnă că trebuie să faci copilul să se împiedice şi să cadă. Deci trebuie să fim răbdători. Chiar dacă noi avem puterea să alergăm, vom merge la pas cu copilul. De aceea şi eu, uneori, am sentimente de frustrare şi nerăbdare, însă trebuie să învăț singură să am răbdare. De aceea trebuie să merg şi să-mi plec capul, de la un preşedinte la altul, chiar dacă suportul financiar vine din partea noastră. Noi vom da tot ce avem, milioane de dolari, miliarde chiar. Dar trebuie să trecem prin sistemul birocratic. Să dăm Cezarului ce este al Cezarului.

Nu am de gând să folosesc puterile magice, să dau din cap sau să arăt cu degetul, pentru a face lucrurile să meargă. Nu, nu. Folosind puterile magice vom produce numai dezastre în lume. Lucrurile trebuie să se desfăşoare normal, natural. Lucrurile trebuie să-şi urmeze cursul lor firesc. Dar noi le putem ridica conştiința oamenilor prin tămăduirea lor spirituală, prin înțelepciune şi înțelegere spirituală. Să le dați cunoştințele pe care ei să fie dispuşi să le aplice şi cooperați cu ei. Aceasta este cea mai bună soluție, nu folosirea puterilor magice. Eu nu folosesc niciodată în mod intenționat puterea magică, în nici o împrejurare a vieții. Dar miracolele se întâmplă în jurul celor care practică. Este foarte natural, dar nu intenționat. Nu încercați să forțați lucrurile. Nu este bine.

Copilul nu poate alerga. Sunteți satisfăcut de răspunsul meu?

Dacă nu înțelegeți vreunul din răspunsurile mele, spuneți-mi şi pot să vă dau explicații suplimentare. Am însă convingerea că sunteți oameni foarte inteligenți, fiind aleşii şi trimişii națiunilor de pe întreg globul. De aceea nici eu nu dezvolt prea mult subiectele.

Este foarte bine că avem Națiunile Unite, trebuie să spun lucrul acesta, pentru că a venit vorba. Da, da. Putem, astfel, să eliminăm multe din conflictele şi războaiele lumii, chiar dacă nu le putem opri pe toate. Am citit cărțile voastre despre Națiunile Unite. Toată lumea face parte din Națiunile Unite. Şi am văzut o parte din munca depusă aici. Apreciez efortul şi eficiența în salvarea prizonierilor, acolo unde alți oameni sau puterile lumii nu reuşesc, dar un singur comisionar al Națiunilor Unite a putut. Da, şi multe alte probleme, cum sunt dezastrele sau refugiații.

Aveți aproape 12 milioane de refugiați, ceea ce înseamnă o mare responsabilitate. Nu? E un volum de lucru enorm la care se mai adaugă războaiele şi altele. E într-adevăr bine că avem Națiunile Unite, da! E foarte bine.

Î. - Vă mulțumim, Maestră Ching Hai, pentru că ne împărtăşiți din înțelepciunea dumneavoastră. Am şi eu o întrebare. Este vorba de creşterea vertiginoasă a populației globului şi problemele care o însoțesc: abuzul ecologic şi cererea tot mai mare de hrană. Vreți să comentați puțin pe această temă? Este aceasta o karmă a lumii? Sau va ajunge să creeze un fel de karmă în viitor?

M. - Să avem mai mulți oameni în această lume este de asemenea un lucru bun. De ce nu? Mai multă aglomerație, mai mult zgomot, mai multă veselie. Nu? (Râsete). Nu este faptul că

noi suntem suprapopulați. Doar că nu ne-am răspândit uniform. Oamenii se strâng de regulă în anumite regiuni şi nu vor să se mute în altă parte. Asta este tot. Avem aşa de mult pământ pe care nu-l folosim. Multe insule virgine, platouri care au doar păduri şi nimic altceva. Dar oamenilor le place să stea în New York, de exemplu (râsete) pentru că sunt mai multe distracții aici. Dacă un guvern ar fi în stare să creeze locuri de muncă şi industrie în diferite ținuturi, oamenii ar merge acolo să lucreze. Ei stau doar în anumite locuri, pentru că e mai uşor să găsească de lucru şi e mai sigur. Dacă şi în alte locuri ar exista siguranță, securitate şi locuri de muncă, oamenii ar merge acolo să locuiască. Ar merge pentru o viață mai bună. E foarte natural.

Deci, nu trebuie să ne facem griji din cauza suprapopulației. Ar trebui să fim mai bine organizați, pentru a le putea oferi oamenilor mai multe posibilități de muncă, de locuit şi siguranță. Atunci peste tot va fi la fel. În acest fel, nu vom fi niciodată supraaglomerați.

Cu privire la hrana pe glob, ar trebui să fiți mai la curent decât mine. Asta pentru că în America aveți atât de multe informații despre cum trebuie păstrată lumea. Alimentația vegetariană este unul din cele mai bune mijloace de a păstra resursele lumii, de a hrăni întreaga populație, pentru că în prezent noi risipim o mulțime de hrană vegetală, energie, electricitate şi medicamente, pentru creşterea animalelor, când am putea în schimb să-i hrănim direct pe oameni. Multe țări din lumea a treia îşi vând produsele vegetale bogate în proteine pentru un preț de nimic. Acesta nu este un ajutor pentru populația celorlalte țări ale lumii. Dacă am repartiza hrana în mod egal - şi dieta vegetariană ajută la îndeplinirea acestui lucru - atunci, va fi suficientă nu numai

pentru noi, nu numai pentru animale, dar chiar pentru întreaga lume.

Cercetările ştiinţifice care s-au publicat în reviste, arată că dacă toţi oamenii ar fi vegetarieni, n-ar mai exista foamete în lume. Dar pentru aceasta trebuie să ne organizăm. Cunosc pe cineva care poate face din tărâţe de orez, alimente nutritive şi chiar lapte. Am stat de vorbă cu el despre aceasta. Spunea că a cheltuit aproape trei sute de mii de dolari şi că a putut hrăni şase sute de mii de oameni în Ceylon - săraci şi subnutriţi. Da, a fost fantastic. Ceea ce duce la risipirea resurselor naturale este felul în care se procedează în multe părţi ale lumii, şi nu că nu am avea destul. Dumnezeu nu ne-a adus aici ca să murim de foame. De fapt, noi ne înfometăm singuri.

Deci, trebuie să ne gândim din nou, să reorganizăm totul, dar aceasta necesită aprobarea guvernelor din multe ţări. Ele trebuie să ne protejeze cu o onestitate absolută, sinceritate şi demnitate în tot ceea ce fac, să servească oamenii, nu propriile lor interese. Dacă am avea această binecuvântare din partea guvernelor, înţelegeţi, cu siguranţă că nu am avea probleme. Nici o problemă.

Ne trebuie conducători buni, o organizare economică bună, talente bune şi guverne cinstite. Dar aceasta va veni mai rapid când oamenii se vor spiritualiza. Atunci vor cunoaşte disciplina şi preceptele. Atunci vor şti cum să fie oneşti şi curaţi, vor şti cum să-şi folosească înţelepciunea. Atunci vor putea să se gândească la multe lucruri care trebuie făcute şi să reorganizeze vieţile noastre.

Î. - Acest lucru pare să fie foarte greu de înfăptuit, pentru că, din câte văd, din câte înţeleg eu, cea mai mare parte a abuzului ecologic de astăzi este legat de creşterea

populației, a cererii tot mai mari de spațiu vital, pentru case, pentru a trăi în stilul secolului al XX-lea.

Să luăm, de exemplu, junglele din Brazilia şi abuzul ecologic care se săvârşeşte acolo. Distrugerea pădurilor tropicale, pământul este defrişat şi asta are ca rezulta inundațiile, şi toate acestea nu sunt străine de problema suprapopulației.

M. - Da, toate se leagă una de alta în această lume. Şi singura soluție este de a rezolva problema de la rădăcină, nu de la crengi. Iar rădăcina este stabilitatea spirituală. Înțelegeți? (Aplauze)

Deci, tot ce avem de făcut este să răspândim mesajul spiritual, ceea ce ştim noi, şi să păstrăm o disciplină spirituală pe care de regulă oamenii nu o au. E perfect dacă vreți să folosiți acea maşina electrică pentru a vedea ceva lumină, să auziți ceva muzică şi să intrați în samadhi. Dar dacă nu aveți o disciplină morală, veți folosi toată puterea numai în scopuri negative, nu veți putea să o controlați.

De aceea, noi, în acest grup, noi păstrăm, noi îi învățăm pe oamenii mai întâi să păstreze preceptele. Ele sunt foarte importante. Trebuie să ştim încotro mergem şi cum să ne folosim Puterea. Puterea n-are nici un folos fără iubire, compasiune şi înțelegerea corectă a valorilor morale. Devine un abuz, magie neagră. De aici vine magia neagră.

Prin urmare, este uşor să capeți iluminarea, dar este greu să o păstrezi. Pe calea noastră, dacă nu sunteți cu adevărat disciplinați şi bine echipați moral, Maestra vă va lua o parte din Puterea voastră, ca să nu abuzați de ea şi să faceți rău societății. Aceasta este diferența. Maestra are controlul. Puterea Maestrei, Puterea Maestrei, bine?

Sunt foarte mulțumită de întrebările inteligente pe care mi le puneți. Foarte inteligente.

Vedeți, oamenii fac toate aceste lucruri pentru că nu au destulă înțelepciune, de exemplu folosesc terenurile abuziv, după cum ați menționat sau fac anumite lucruri pentru că le lipseşte înțelepciunea. Prin urmare, rădăcina tuturor lucrurilor este înțelepciunea, practica spirituală. Obțineți iluminarea!

Vă mulțumesc pentru atenție, numai bine!

„Inițierea nu este o inițiere cu adevărat ..., voi veniți aici şi mă lăsați pe mine să vă ajut ca voi să vă ajutați singuri. Eu nu am venit aici să fac din voi discipolii mei, am venit să vă ajut să deveniți Maeştri”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Toată lumea ştie deja cum să mediteze, numai că voi meditați la ce nu trebuie. Unii meditează la fete frumoase, unii meditează la bani, unii meditează la afaceri. De fiecare dată când dați atenție totală, din toată inima, la un lucru, aceea este meditația. Eu dau atenție numai la Puterea din interiorul meu, la Compasiunea, la calitățile pline de Iubire şi Milă ale lui Dumnezeu”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Inițierea înseamnă începutul unei vieți noi, într-un ordin nou. Înseamnă că Maestra v-a acceptat pe voi să deveniți una din ființele din cercul de Sfinți. De atunci încolo, voi nu mai sunteți deloc o ființă obişnuită, voi sunteți elevați. În timpurile vechi, ei îl numeau „botez” sau „a te refugia în Maestru”.

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Inițierea în Metoda Quan Yin

Maestra Supremă Ching Hai inițiază persoanele sincere care doresc să cunoască Adevărul în Metoda Quan Yin. Termenul chinezesc de „Quan Yin" înseamnă contemplația la sunetul vibrator. Metoda implică meditația cu ambele, Lumina şi Sunetul din interiorul nostru. Aceste experiențe spirituale au fost descrise repetat în literatura spirituală a tuturor religiilor lumii încă din timpurile vechi.

De exemplu, Biblia creştină spune că: ***„La început a fost Cuvântul şi Cuvântul a fost Dumnezeu şi Cuvântul a fost cu Dumnezeu."*** (Ioan 1:1). Acest Cuvânt este Sunetul din interior. A mai fost numit Logosul, Shabd, Tao, Izvorul Sunetului, Naam sau Muzica Cerească. Maestra Ching Hai spune: *„Acesta vibrează în tot ce conține viață şi susține întregul univers. Această melodie din interior poate vindeca toate rănile, poate împlini toate dorințele şi potoli toată setea lumii. Este tot numai putere şi iubire. Pentru că noi suntem făcuți din acest Sunet, contactul cu el ne aduce pace şi satisfacție în inimile noastre. După ce ascultăm la acest Sunet, întreaga noastră ființă se schimbă şi întreaga noastră înfățişare va fi schimbată în mai bine.*"

Lumina din interior, Lumina lui Dumnezeu, este aceeaşi lumină la care se referă cuvântul „iluminare". Intensitatea ei poate varia de la o strălucire subtilă până la strălucirea a milioane de sori. Prin Lumina şi Sunetul din interior noi îl vom cunoaşte pe Dumnezeu.

Inițierea în Metoda Quan Yin nu este un ritual ezoteric sau o ceremonie de aderare la o religie nouă. În timpul inițierii, sunt date instrucțiuni specifice despre meditația cu Lumina şi Sunetul din interior, iar Maestra Ching Hai va oferi *„transmiterea spirituală*". Prima gustare a Prezenței Divine este

dată în tăcere. Maestra Ching Hai nu trebuie să fie prezentă în persoană ca să deschidă această poartă pentru voi. Această transmitere este o parte esențială din metodă, tehnica ca atare va aduce puține beneficii fără grația Maestrei.

Acest eveniment este numit uneori *„iluminare imediată”* sau *„dintr-o dată”* pentru că veți auzi Sunetul din interior şi veți vedea Lumina din interior imediat după inițiere.

Maestra Ching Hai acceptă pentru inițiere persoane de toate felurile şi credințele religioase. Nu trebuie să vă schimbați religia actuală sau credința. Nu veți fi întrebați să vă alăturați nici unei organizații sau să participați la ceva care nu se potriveşte stilului de viață actual. Totuşi, vi se va cere să deveniți vegetarieni. Promisiunea de a menține un regim vegetarian pe viață este o cerință pentru a primi inițierea.

Inițierea este oferită gratuit.

Practica zilnică a Metodei de meditație Quan Yin şi păstrarea celor ***Cinci Precepte*** sunt singurele cerințe după inițiere. Preceptele sunt îndrumări care vă vor ajuta să nu vă răniți pe voi sau celelalte ființe vii din jurul vostru. Practica zilnică vă va adânci şi fortifica experiențele inițiale de iluminare şi vă va da posibilitatea să atingeți cel mai înalt nivel al Deşteptării Spirituale sau nivelul lui Buddha. Fără practica zilnică, veți uita cu siguranță de iluminare şi vă veți reîntoarce la nivelul normal de conştiință.

Țelul Maestrei Supreme Ching Hai este să ne învețe să fim independenți. Deci Ea predă o metodă care poate fi practicată de oricine, singuri, fără ritualuri sau procesiuni. Ea nu caută oameni care să o urmeze sau să o slujească, nu caută discipoli sau să stabilească o organizație cu cotizație de membru. Ea nu acceptă bani, prosternări sau cadouri, deci nu este nevoie să-i oferiți aceste lucruri.

Ea va accepta numai sinceritatea voastră din viața de zi cu zi şi din practica meditației, ca să progresați pe urmele sfințeniei.

Cele Cinci Precepte

1. ***Să te abții de la a lua viața ființelor cu conştiință.****

2. ***Să te abții de la a vorbi ceea ce nu este adevărat.***

3. ***Să te abții de la a lua ceea ce nu-ți aparține.***

4. ***Să te abții de la comportamentul sexual greşit.***

5. ***Să te abții de la folosirea intoxicanților.* ****

* Acest precept cere aderarea strictă la un regim vegetarian sau lacto-vegetarian, fără carne, fără peşte sau ouă (fertilizate sau nefertilizate).

** Acest precept presupune evitarea tuturor otrăvurilor de orice fel, precum alcoolul, drogurile, tutunul, jocurile de noroc, pornografia şi filmele şi literatura excesiv de violente.

„O persoană complet divină este o ființă umană deplină. O ființă umană deplină, este o persoană complet divină. Acum, noi suntem ființe umane pe jumătate. Noi facem totul cu ezitare, noi facem lucruri cu egoul. Noi nu credem că Dumnezeu a aranjat totul pentru bucuria noastră, pentru experiența noastră. Noi separăm păcatul de virtute. Noi dăm importanță la toate şi în acord cu aceasta ne judecăm pe noi şi pe ceilalți. Noi suferim de pe urma propriilor limite în legătură cu ce ar trebui Dumnezeu să facă. Înțelegeți? În realitate, Dumnezeu este în interiorul nostru şi noi îi punem limite. Nouă ne place să ne bucurăm de noi şi să ne distrăm, dar nu ştim cum. Noi le spunem la ceilalți mereu: „Ah, nu ar trebui să faci asta”. Şi ne spunem şi nouă: „Nu ar trebui să fac asta, ar trebui să fac aşa. Deci de ce să fiu vegetarian?” Da, ştiu. Eu sunt vegetariană pentru că Dumnezeul din mine o doreşte.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Atunci când suntem puri în faptele, vorbele şi gândurile noastre, chiar şi pentru o secundă, toate ființele cereşti, toți zeii şi toți îngerii gardieni ne vor ajuta. La momentul acela, tot universul ne aparține şi ne ajută, şi tronul este acolo pentru noi ca să domnim pe el.”

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Beneficiile regimului vegetarian

Angajamentul de a ține toată viața un regim vegetarian sau lacto-vegetarian este o condiție necesară pentru a primi inițierea în Metoda Quan Yin. Alimentele provenite din plante şi produsele lactate sunt permise în acest regim, dar orice alt produs provenit din surse animaliere, inclusiv ouăle, sunt interzise. Sunt multe motive pentru aceasta, dar cel mai important vine de la Primul Precept, care ne spune să ne abținem să luăm viața ființelor însuflețite sau ***„Abține-te să ucizi”.***

A nu ucide sau a nu răni creaturile din jurul nostru este evident în folosul lor. Mai puțin evident este faptul că a ne abține de a răni pe cineva este în egală măsură şi în avantajul nostru. De ce? Din cauza legii karmei: ***„Ce semeni, aceea vei culege”.*** Când ucizi sau îi faci pe alții să ucidă pentru a-ți satisface pofta pentru carne, îți creezi datorii karmice, şi aceste datorii trebuie plătite la urma urmei.

Prin urmare, în adevăratul sens, a păstra o dietă vegetariană este un dar pe care ni-l oferim noi singuri. Ne vom simți mai bine, calitatea vieții noastre se va îmbunătăți pe măsură ce greutatea datoriei karmice se va diminua, şi ni se oferă accesul spre noile realități subtile şi divine ale experienței noastre lăuntrice. Se merită pe deplin prețul mic pe care îl plătiți! Argumentele spirituale împotriva mâncatului cărnii sunt convingătoare pentru unii oameni, dar există şi alte motive evidente pentru a fi vegetarian. Toate îşi au originea în felul firesc de a trăi, ele sunt în legătură cu sănătatea noastră şi

modul de alimentație, ecologia şi mediul, etica şi suferința animalelor, foametea din lume.

Sănătatea şi alimentația

Studiile făcute asupra evoluției speciei umane ne arată că strămoşii noştri au fost vegetarieni de la natură. Structura corpului uman nu este potrivită pentru mâncatul cărnii. Acest lucru a fost demonstrat de Dr. G. S. Huntingen de la Universitatea Columbia, în lucrarea sa de anatomie comparată. El a arătat că toate carnivorele au intestinul mic şi mare mai scurt, intestinul lor gros fiind drept şi neted. În contrast, animalele vegetariene au ambele intestine - subțire şi gros - mai lungi. Din cauza conținutului scăzut în fibre şi din cauza densității mari de proteine din carne, intestinele nu au nevoie de mult timp pentru absorbția hranei, prin urmare, intestinele carnivorelor sunt mai scurte decât cele ale ierbivorelor.

Şi la oameni - asemenea tuturor animalelor ce se hrănesc cu plante - intestinul subțire şi cel gros sunt lungi. Împreună, intestinele noastre au aproximativ opt metri şi jumătate lungime. Intestinul subțire este îndoit de mai multe ori, iar pereții sunt încrețiți şi nu netezi. Pentru că intestinele noastre sunt mai lungi decât cele ale carnivorelor, carnea pe care o mâncăm stă în intestinele noastre un timp mult mai lung. Drept consecință, în această perioadă de timp carnea începe să putrezească şi să creeze toxine. Aceste toxine se presupun a fi cauza cancerului de colon, de asemenea, ele sporesc efortul ficatului, care are funcția de a elimina toxinele. Aceasta poate declanşa ciroze sau chiar cancerul hepatic.

Carnea conține multe proteine urokinazice şi uree, care îngreunează activitatea rinichilor şi le poate distruge funcția. În fiecare kg de carne sunt 14 grame de proteine urokinazice. Dacă punem celule vii în proteine urokinazice lichide, funcția lor metabolică s-ar degenera. Mai mult, carnea nu conține fibre dietetice sau celuloză şi prin urmare poate duce foarte uşor la constipație. După cum se ştie, constipația poate cauza cancerul rectal sau hemoroizi.

Colesterolul şi grăsimile saturate din carne creează, de asemenea, boli cardiovasculare. În Statele Unite ale Americii şi acum în Formosa, bolile cardiovasculare sunt cauza numărul unu a mortalității.

Cancerul se situează pe locul al doilea în cauza morții. Experimentele arată că fierberea şi prăjirea cărnii creează o substanță chimică (methylcholantherenul), care este un carcinogen puternic. Şoarecii cărora li s-a administrat această substanță chimică au făcut cancer cum ar fi tumori ale oaselor, cancerul sângelui, cancer de stomac, etc.

Cercetările au arătat că puii de şoareci hrăniți de femele şoarece care au cancer de sân, vor face şi ei cancer. Când celulele canceroase umane sunt injectate în animale, şi ele dezvoltă cancerul. Prin urmare, carnea pe care o mâncăm zilnic, dacă provine de la animale care inițial au astfel de boli, şi noi o punem în corpul nostru, atunci este o şansă foarte mare ca şi noi să ne îmbolnăvim de bolile respective.

Majoritatea oamenilor presupun că la ora actuală, carnea este curată şi sănătoasă fiindcă se fac inspecții la toate măcelăriile. În realitate, numărul vitelor, porcinelor sau al

păsărilor sacrificate zilnic este mult prea mare pentru a putea fi examinate în parte. Este foarte dificil ca fiecare bucată de carne să fie analizată dacă are cancer sau nu, să nu mai vorbim de examinarea fiecărui animal în parte. La ora actuală, în industria cărnii, dacă este o problemă cu capul animalului, atunci capul este îndepărtat, dacă piciorul este bolnav, atunci este îndepărtat. Numai partea bolnavă este înlăturată, iar restul este pus la vânzare.

Dr. J. H. Kellogg, un vegetarian faimos, a spus: *„Când mâncăm hrană vegetariană, nu trebuie să ne mai facem griji din cauza cărei boli i s-a tras moartea. Şi asta îți face masa mai plăcută!”*

Mai sunt şi alte motive de îngrijorare. Antibioticele, ca şi alte droguri, incluzând steroizii şi hormonii de creştere, fie că sunt puse în hrana animalelor sau sunt injectate direct în animale. A fost deja publicat faptul că oamenii care mănâncă aceste animale absorb şi aceste substanțe în corpul lor. Există astfel posibilitatea ca antibioticele din carnea animalelor să diminueze eficiența antibioticelor folositoare omului.

Sunt şi oameni care consideră că regimul vegetarian nu este suficient de hrănitor. Un expert în chirurgie, american, Dr. Miller, a practicat medicina în Formosa timp de 40 de ani. El a înființat un spital unde toate mâncărurile sunt vegetariene, atât pentru pacienți, cât şi pentru cei care lucrează în spital. El a spus: *„Şoarecele este un animal care se poate hrăni atât cu hrană vegetariană cât şi nevegetariană. Dacă se face un experiment pe doi şoareci, unul fiind hrănit doar cu vegetale, iar celălalt doar cu carne, vom observa că amândoi cresc şi se dezvoltă la fel, însă cel vegetarian va trăi*

mai mult şi va avea o rezistență mai mare la boli. Dacă cei doi şoareci se îmbolnăvesc, cel vegetarian se va însănătoşi mai repede". Doctorul a adăugat: „*Medicina pe care ne-o oferă azi ştiința modernă s-a îmbunătățit considerabil, dar ea nu face decât să trateze boala. Hrana este totuşi cea care ne susține sănătatea*". Apoi arată că: „*Mâncarea din plante este o sursă nutritivă mai directă decât carnea. Oamenii mănâncă animale, dar acestea la rândul lor se hrănesc cu plante. Majoritatea animalelor au o viață scurtă şi suferă de aproape toate bolile întâlnite şi la oameni. Este foarte probabil deci, ca bolile omului să provină din carnea animalelor bolnave pe care o mănâncă. Prin urmare, de ce n-ar lua omul hrana direct din plante?*" Dr. Miller ne sugerează că noi nu avem nevoie decât de cereale, păstăioase şi legume, ca să luăm toate substanțele nutritive de care avem nevoie pentru a ne menține sănătoşi.

Majoritatea oamenilor cred că proteinele animale sunt superioare celor de origine vegetală, deoarece primele sunt considerate a fi proteine complete, iar celelalte incomplete. Adevărul este că unele proteine din plante sunt complete, iar prin combinarea judicioasă a alimentelor se pot crea proteine complete din câteva surse de proteine incomplete.

În martie 1988, Asociația Americană pentru Dietă dădea următorul comunicat: *„Opinia ADA este că regimurile vegetariene sunt sănătoase şi suficient de hrănitoare, dacă sunt planificate în mod corespunzător.*"

Există credința falsă că cei ce se hrănesc cu carne sunt mai puternici decât cei vegetarieni. Însă, experimentul făcut de profesorul Irving Fisher de la Universitatea Yale, pe 32 de

vegetarieni şi 15 mâncători de carne, arată că vegetarienii sunt mai rezistenți decât cei care consumă carne. Participanților li s-a cerut să stea cu mâna întinsă cât mai mult posibil. Rezultatul testului a fost cât se poate de clar. Dintre cei 15 consumatori de carne, doar doi au rezistat cu mâinile întinse între 15 şi 30 de minute; dintre cei 32 de vegetarieni, 22 de persoane au rezistat cu mâinile întinse între 15 şi 30 de minute, 15 persoane peste 30 de minute, 9 persoane peste o oră, 4 persoane peste 2 ore, iar unul din vegetarieni şi-a ținut mâinile întinse mai multe de 3 ore.

Mulți alergători pe distanță lungă păstrează un regim vegetarian înainte de competiții. Dr. Barbara More, o expertă în terapia vegetariană, a terminat cursa de 110 mile în 27 de ore şi 30 de minute. În vârstă de 56 de ani, ea a bătut toate recordurile atleților tineri: *„Vreau să fiu un exemplu şi să demonstrez că aceia care păstrează un regim în întregime vegetarian vor avea un corp puternic, o minte limpede şi o viață curată.”*

Au vegetarienii destule proteine în hrana lor? Organizația Mondială a Sănătății recomandă ca 4,5% din caloriile zilnice să fie derivate din proteine. Dar 17% din caloriile grâului sunt proteine, broccoli conține 45%, iar orezul 8%. Este foarte uşor să avem un regim bogat în proteine, fără să mâncăm carne. Beneficiind şi de avantajul de a ne feri de bolile cauzate de dietele bogate în grăsimi - ca de exemplu bolile de inimă şi cancerul - regimul vegetarian este de departe alternativa cea mai bună.

Relația dintre consumul exagerat de carne sau alte produse animale bogate în grăsimi şi bolile de inimă, cancerul de sân, cancerul de colon sau infarct, a fost deja dovedită. Sunt însă

alte boli care pot fi prevenite şi câteodată chiar vindecate printr-un regim vegetarian scăzut în grăsimi: litiaza renală, cancerul de prostată, diabetul, ulcerul peptic, litiaza biliară, artrite, gingivita, acnea, cancerul pancreasului sau cel al stomacului, hipoglicemia, constipația, diverticuloza, hipertensiunea, osteoporoza, cancerul ovarian, hemoroizii, obezitatea, astma.

În afara fumatului, nu mai există nici un alt factor cu un risc aşa de mare pentru sănătatea omului cum este consumul de carne.

Ecologia şi mediul înconjurător

Creşterea animalelor pentru carne îşi are propriile urmări: distrugerea pădurilor, încălzirea planetei, poluarea şi diminuarea resurselor de apă, eroziunea solului, abuzul de resurse energetice, foametea la scară mondială. Folosirea pământului, a apei, a energiei şi a forței umane pentru a produce carne nu este un mod eficient de a folosi resursele planetei.

Începând din 1960, 25% din pădurile Americii Centrale au fost distruse şi în locul lor au fost create păşuni pentru vite. Se estimează că pentru fiecare 100 de grame de carne din vitele crescute pe aceste păşuni, se distrug 15 metri pătrați de pădure. În plus, creşterea vitelor are o contribuție semnificativă la producția a trei dintre gazele răspunzătoare pentru încălzirea planetei şi reprezintă, de asemenea, cauza majoră a poluării apelor - sunt necesari aproximativ 22 400 de litri de apă pentru producția fiecărui kilogram de carne de vită. Pentru un kilogram de roşii, de exemplu, este nevoie doar de 260 de litri de apă, iar pentru a produce un kilogram de pâine

din grâu este nevoie de 1 260 de litri de apă. Aproape jumătate din apa consumată în Statele Unite este folosită pentru creşterea vitelor şi a altor animale de consum.

Mult mai mulți oameni ar putea fi hrăniți dacă resursele folosite pentru creşterea vitelor ar fi folosite la producerea de cereale pentru a hrăni populația lumii. Un pogon de pământ cultivat cu ovăz ar produce de 8 ori mai multe proteine şi de 25 de ori mai multe calorii dacă ovăzul ar fi folosit la hrănirea populației şi nu a vitelor. Un pogon de pământ folosit pentru cultivarea de broccoli produce de 10 ori mai multe proteine, calorii şi niacin, decât un pogon de pământ folosit pentru a produce carne de vită. Statisticile de genul acesta sunt foarte numeroase. Resursele lumii ar fi folosite mai eficient, dacă pământul folosit pentru creşterea animalelor ar fi cultivat cu plante pentru hrana oamenilor.

Regimul vegetarian ne permite să păşim cu inima împăcată pe pământul acestei planete. Pe lângă faptul că folosim numai ceea ce avem nevoie şi înlăturăm excesul, ne vom simți mai bine la gândul că nu trebuie sacrificată o ființă vie de fiecare dată când noi ne aşezăm la masă.

Foametea din lume

Aproape un miliard de oameni suferă de foame şi malnutriție pe această planetă. Peste 40 de milioane mor în fiecare an de foame şi majoritatea lor sunt copii. În ciuda acestui fapt, mai mult de o treime din producția de grâne a lumii este folosită pentru hrana animalelor. În Statele Unite, vitele consumă 70% din producția totală de grâne. Dacă am hrăni oamenii în loc să hrănim aceste animale, nimeni n-ar mai suferi

de foame.

Suferința animalelor

Ştiați că în Statele Unite sunt sacrificate zilnic peste 100000 de vaci?

În țările vestice, cele mai multe animale sunt crescute în ferme de producție. Acestea sunt construite pentru a produce un număr maxim de animale de consum cu o cheltuială minimă. Animalele sunt ținute la grămadă, mutilate şi tratate ca nişte maşini de conversie a hranei în carne. Aceasta este o realitate pe care mulți dintre noi nu o vom vedea niciodată cu proprii noştri ochi. Se spune că: „*O singură vizită la abator te face vegetarian pe viață*."

Lev Tolstoi spunea: ***„Atâta timp cât vor exista abatoare, vor fi şi câmpuri de luptă. Regimul vegetarian este cel mai bun test pentru umanitarism."*** Deşi majoritatea dintre noi nu încurajăm omorul, ne-am format deprinderea - susținută de societate - de a mânca cu regularitate carne, fără conştiința suferințelor la care sunt supuse aceste animale pe care le mâncăm.

Compania sfinților şi a altora

Încă de la începutul istoriei scrise aflăm că plantele au constituit hrana naturală a oamenilor. Toate legendele greceşti şi ebraice relatează că la începuturi, oamenii se hrăneau cu fructe. Vechii preoți din Egipt nu mâncau carne niciodată. Mulți dintre marii filozofi ai Greciei ca Platon, Diogene şi Socrate, au pledat cu toții în favoarea vegetarianismului.

În India, Shakyamuni Buddha vorbea despre principiul de a nu răni nici o făptură vie. Îşi atenționa discipolii să nu mănânce carne, căci celelalte ființe se vor înspăimânta de ei. Buddha a făcut următoarele observații: ***„Mâncatul cărnii nu este decât un obicei dobândit. La începuturi, noi n-am fost născuți cu acest obicei. Mâncând carne, oamenii distrug sămânța lăuntrică a Grației Divine. Cei care consumă carne se omoară şi se mănâncă unul pe celălalt, în viața aceasta te mănânc eu, în viața viitoarea mă vei mânca tu ..., şi tot aşa la nesfârşit. Cum vor putea aceşti oameni să scape vreodată dincolo de cele Trei Lumi (ale iluziei)?”***

Cei dintâi taoişti, creştini sau evrei, mulți dintre ei au fost vegetarieni. Este scris în Biblie: ***„Şi Dumnezeu a spus: V-am dat tot felul de semințe şi tot felul de fructe pentru voi ca să le mâncați, iar pentru animalele sălbatice şi pentru toate păsările, am făcut iarba şi plantele cu frunze, ca mâncare.”*** (Genesa 1:29) Alte exemple din Biblie, despre interzicerea cărnii: ***„Numai carne cu viața ei, adică sângele ei, să nu mâncați, căci viața trupului este în sânge.”*** (Lev.17:11) Dumnezeu a mai spus: ***„Cine v-a spus să omorâți taurul şi capra şi să mi le oferiți mie? Spălați-vă voi înşivă de acest sânge nevinovat şi poate voi asculta rugile voastre; altfel, îmi voi întoarce capul de la voi, căci mâinile voastre sunt pline de sânge. Căiți-vă şi poate vă voi ierta.”*** (Isaia 1:11-16) Sfântul Petru, unul dintre discipolii lui Iisus, scria într-o scrisoare către romani: ***„Bine este să nu mănânci carne, să nu bei vin.”*** (Romani 14:21)

Recent, istoricii au descoperit multe manuscrise care pun o lumină nouă asupra vieții şi învățăturilor lui Iisus. El a spus: ***„Aceia care mănâncă carnea animalelor se vor preface în***

propriile lor morminte. Adevărat, adevărat vă spun că cel ce ucide va fi ucis. Acela care ucide viețuitoarele şi le mănâncă carnea, carnea celor morți o mănâncă.”

Religiile indiene interzic de asemenea consumul cărnii. Se spune: ***„Oamenii nu pot avea carne fără să omoare. O persoană care răneşte ființele însuflețite nu va avea niciodată binecuvântarea lui Dumnezeu. Aşadar, feriți-vă să mâncați carne!”*** (precept hindus)

Sfânta scriptură a islamului, Coranul, interzice **consumul de animale moarte, sânge şi carne.**

Marele maestru Zen, chinezul Han Shan Tzi, a scris un poem în care condamnă cu severitate consumul de carne: ***„Alergi fuga la piață să cumperi carne şi peşte ca să-ți hrăneşti soția şi copiii. Dar de ce viața lor trebuie luată, ca să te țină pe tine în viață? Este nedrept. Asta nu te va apropria nicicum de Rai, ci te va face să populezi Iadul!”***

Mulți scriitori de renume, artişti, oameni de ştiință, filozofi şi personalități eminente au fost vegetarieni. Toți cei enumerați acum, au îmbrățişat cu entuziasm vegetarianismul: Shakyamuni Buddha, Iisus Cristos, Virgilius, Horațiu, Platon, Ovidiu, Petrarca, Pitagora, Socrate, Shakespeare, Voltaire, Newton, Ralph Waldo Emerson, Henry David Thoreau, Leonardo Da Vinci, Charles Darwin, Benjamin Franklin, Emile Zola, Bertrand Russell, Richard Wagner, Percy Bysshe Shelley, H. G. Wells, Albert Einstein, Rabindranath Tagore, Lev Tolstoi, George Bernard Shaw, Mahatma Gandhi, Albert Schweitzer. Şi mai recent: Paul Newman, Madonna, Prințesa Diana, Lindsay Wagner, Paul McCartney

şi Candice Bergen, pentru a enumera doar câțiva dintre ei.

Albert Einstein a spus: *„Cred că schimbările şi efectele purificatoare pe care regimul vegetarian îl are asupra dispoziției ființelor umane, sunt binefăcătoare pentru omenire. De aceea, este mult mai nimerit şi paşnic pentru oameni să opteze pentru vegetarianism.”* Acestea sunt sfaturile comune ale câtorva dintre personalitățile marcante ale istoriei!

Maestra răspunde la întrebări

Î. **-** A consuma carne înseamnă a ucide ființele vii, dar a mânca vegetale nu este tot un fel de a ucide?
M. **-** A mânca plante înseamnă de asemenea a ucide şi creăm unele obstacole karmice, dar efectul este foarte mic. Practicând Metoda Quan Yin două ore şi jumătate pe zi, putem scăpa de acest efect karmic. Pentru că noi trebuie să mâncăm pentru a supraviețui, deci alegem hrana cu cea mai mică conştiință şi care suferă cel mai puțin. Plantele conțin 90% apă, deci nivelul lor de conştiință este atât de scăzut, încât abia dacă simt suferința. Mai mult, la multe dintre vegetale noi nu le tăiem rădăcina, ci doar tulpina sau frunzele, favorizându-le chiar reproducerea asexuată şi creşterea. Deci în realitate, rezultatul final este benefic pentru plante. Horticultorii spun că retezatul plantelor le ajută să crească mai mult şi mai frumos.

La fructe este mult mai evident. Când fructele se coc, ele atrag oamenii cu parfumul, culoarea şi gustul lor delicios, ca să le mănânce. În acest fel pomii roditori îşi

răspândesc semințele pe o arie foarte extinsă. Dacă noi nu am aduna fructele pentru a le mânca, acestea s-ar coace peste măsură, s-ar strica şi ar cădea la pământ, putrezind. Atunci semințele, din cauza crengilor umbroase ale pomului care împiedică razele soarelui să pătrundă până la ele, ar muri. Deci, a mânca legume şi fructe este o tendință naturală, care nu le provoacă nici o suferință.

Î. - Cei mai mulți oameni au convingerea că vegetarienii sunt mai scunzi şi mai slabi, iar carnivorii sunt mai înalți şi mai robuşti. E adevărat?
M. - Nu, vegetarienii nu sunt neapărat mai scunzi şi mai slabi. Dacă regimul lor este echilibrat, şi ei pot creşte înalți şi puternici. După cum puteți vedea, toate animalele mari, ca elefanții, girafele, taurii, hipopotamul, caii, se hrănesc doar cu vegetale şi fructe. Sunt mai puternice decât carnivorele, foarte gentile şi folositoare omului. În schimb carnivorele sunt foarte violente şi nu aduc nici un folos. Dacă oamenii mănâncă carnea animalelor, vor fi afectați de instinctele şi calitățile lor. Cei ce consumă carne nu sunt neapărat înalți şi puternici, iar viața lor este în medie mai scurtă. Eschimoşii sunt aproape în totalitate carnivori. Sunt ei foarte înalți şi puternici? Au ei oare o viață foarte lungă? Cred că acum înțelegeți foarte clar.

Î. - Vegetarienii pot mânca ouă?
M. - Nu. Când mâncăm ouă, noi ucidem ființe de asemenea. Unii spun că ouăle din magazine nu sunt fertilizate, deci mâncându-le nu ucidem. Aceasta este numai în parte corect. Ouăle rămân nefertilizate doar pentru că condițiile propice pentru acest fenomen au fost înlăturate, iar ouăle nu şi-au putut urma procesul firesc de a deveni păsări. Chiar dacă nu

s-au putut dezvolta, totuşi ele conțin forța vitală necesară vieții.

Noi ştim că ouăle au în ele forța vitală, altfel cum ar fi posibil ca ovalbumenul să fie singurul gen de celule care ar putea fi fertilizate? Unii arată că ouăle conțin substanțe nutritive esențiale, proteine şi fosfați necesari alimentației omului. Dar proteinele le putem lua şi din pasta de soia, iar fosforul din multe alte vegetale, cum ar fi cartofii. Din trecut şi până în prezent se cunosc o mulțime de călugări care nu au mâncat carne şi nici ouă şi cu toate acestea au trăit o viață lungă şi sănătoasă. De exemplu, Maestrul Ying Guang a mâncat numai un castron de vegetale şi unul de orez la fiecare masă şi a trăit 80 de ani. Mai mult, gălbenuşul de ou conține colesterol, care este o cauză majoră a bolilor cardiovasculare, situate pe locul întâi în Formosa ca şi în America. Nu e de mirare să vedem că cei mai mulți pacienți sunt mari consumatori de ouă!

Î. - Oamenii cresc animale şi păsări de consum, cum ar fi porci, vite, găini, rațe, etc. De ce nu putem să le mâncăm?

M. - Deci? Părinții îşi cresc copiii, atunci părinții au dreptul de a-şi mânca copiii? Tot ce are viață are şi dreptul de a trăi şi nimeni nu trebuie să le ia acest drept. Dacă studiem legile din Hong Kong, vedem că şi sinuciderea este împotriva legii. Dacă este împotriva legii să-ți iei propria viață, ce să mai vorbim de a ucide alte ființe?

Î. - Animalele se nasc ca oamenii să le mănânce. Dacă nu le mâncăm ele vor umple întreaga lume. Aşa este?

M. - Aceasta este o idee absurdă. Înainte de a ucide un animal, tu îl întrebi dacă vrea să fie mâncat de tine sau nu?

Toate ființele doresc să trăiască şi se tem de moarte. Noi nu vrem să fim mâncați de un tigru, atunci de ce ar dori animalele să fie mâncate de oameni? Oamenii au apărut pe pământ abia acum zeci de mii de ani, dar înainte să apară oamenii au existat deja o mulțime de specii de animale. Au suprapopulat ele pământul? Viețuitoarele mențin un echilibrul ecologic natural. Să lăsăm lucrurile să-şi urmeze balanța lor ecologică. Acolo unde mâncarea este puțină şi spațiul limitat, aceasta va duce la o reducere a populației, păstrând-o la un nivel corespunzător.

Î. - De ce trebuie să fiu vegetarian?

M. - Eu sunt vegetariană pentru că Dumnezeul din mine o doreşte. Înțelegeți? A consuma carne e împotriva principiului universal de a nu vrea să fii ucis. Noi înşine nu dorim să fim omorâți şi nici prădați. A face rău altora înseamnă să ne facem rău nouă înşine şi asta ne va aduce suferință. Tot ce facem împotriva altora ne face să suferim. Noi nu putem să ne batem pe noi sau să ne înjunghiem. Tot astfel, nu avem voie să ucidem, deoarece omorul contravine principiului vieții. Înțelegeți? Ne va face să suferim, deci nu o facem. Asta nu înseamnă că ne limităm pe noi, dimpotrivă, vom extrapola viața noastră spre toate formele de viață existente pe pământ. Viața noastră nu va fi limitată numai în acest trup, ci va fi extinsă şi spre viața animalelor şi a tuturor ființelor. Acest lucru ne face să ne simțim mai nobili, mai fericiți şi mai liberi, bine?

Î. - Puteți să ne vorbiți despre regimul vegetarian şi cum poate acesta contribui la pacea lumii?

***M*:** - Da. Vedeți, majoritatea războaielor care au loc în această lume se datorează motivelor economice. De ce să n-o

recunoaştem. Dificultăţile economice ale unei ţări devin urgente când foametea începe să facă ravagii - fie datorită lipsei de hrană, fie datorită distribuţiei inegale a acesteia între ţări. Dacă aţi citit în reviste despre cercetările care se fac în legătură cu regimul vegetarian, atunci trebuie să fiţi la curent cu ceea ce v-am spus. Creşterea animalelor pentru carne a dus economia noastră la faliment, în toate aspectele. Aşa s-a ajuns la foametea în lume, cel puţin în ţările din lumea a treia.

Nu eu sunt cea care afirmă toate acestea. Un american a făcut cercetări în acest sens, publicând şi o carte. Puteţi merge la orice librărie şi veţi găsi cărţi despre studiile făcute despre regimul vegetarian. Puteţi citi cartea lui John Robbins „*O dietă pentru o nouă Americă*". El este un milionar faimos, fabricant de îngheţată, care a renunţat la toate pentru a deveni vegetarian şi a scrie şi o carte despre vegetarianism, curmând astfel tradiţia şi meseria moştenite din tată în fiu. A pierdut o mulţime de bani, prestigiu, afaceri, dar a făcut-o de dragul Adevărului. Cartea este excelentă. Pe lângă ea, sunt o mulţime de alte cărţi şi reviste care vă pot informa despre regimul vegetarian şi contribuţia lui la păstrarea păcii în lume.

Vedeţi, hrănind vitele, am adus rezervele globale de hrană în pragul epuizării. Ştiţi câte proteine, medicamente, apă, forţă de muncă, maşini, construcţii de drumuri şi câte sute de mii de pogoane de pământ sunt risipiţi pentru ca o vacă să ajungă destul de bună pentru a fi tăiată? Înţelegeţi? Toate acestea ar putea fi distribuite în mod egal ţărilor subdezvoltate şi aşa am putea rezolva problema foametei. Dacă o ţară are nevoie de hrană, probabil că va invada altă ţară pentru a-şi salva propriul popor. În timp, această faptă negativă va crea retribuţia ei. Înţelegeţi?

Aşa cum semeni, aşa vei culege. Dacă noi omorâm pe cineva pentru mâncare, vom fi şi noi ucişi într-un fel sau altul,

tot pentru mâncare, data viitoare, în altă viață. Este regretabil, noi suntem atât de inteligenți, atât de civilizați, dar nu ştim de ce țările din jurul nostru suferă. Şi asta din cauza stomacului, poftei şi lăcomiei noastre.

Ca să hrănim un singur trup, noi omorâm atâtea ființe şi înfometăm atâția oameni, şi asta fără să luăm în discuție şi cazul animalelor. Înțelegeți? Acest păcat, conştient sau inconştient, va atârna greu asupra conştiinței noastre. Ne va aduce suferințe: cancer, tuberculoză şi o mulțime de alte boli incurabile, incluzând SIDA. Întrebați-vă de ce țara dumneavoastră, America, suferă aşa de mult? Are cea mai înaltă rată de cancer din lume, pentru că americanii consumă multă carne - mai multă decât oricare altă țară. Întrebați-vă de ce China sau alte țări comuniste nu au o rată aşa ridicată de cancer? Pentru că ei nu au atâta carne. Înțelegeți? Asta o spun cercetările, nu eu, bine? Nu mă acuzați pe mine.

Î. - Care sunt beneficiile spirituale pe care le vom obține dacă devenim vegetarieni?

M. - Mă bucur că puneți întrebarea în acest fel, asta înseamnă că într-adevăr puneți accentul în mod exclusiv asupra roadelor spirituale. Cei mai mulți se gândesc doar la sănătate, calorii şi dietă, atunci când aduc vorba de regimul vegetarian. Aspectele spirituale ale dietei vegetariene sunt nonviolența şi neprihănirea.

Să nu ucizi. Când Dumnezeu ne-a spus aceasta, El nu s-a referit numai la oameni, ci la toate ființele vii. N-a spus El că a creat animalele ca să ne fie prietene şi să ne ajute? Nu ne-a dat El animalele în grijă? El ne-a spus să avem grijă de ele şi să stăpânim peste ele. Când vă conduceți subalternii, ce faceți, îi omorâți şi îi mâncați? Atunci veți deveni rege fără nici

un supus în jur? Deci acum înțelegeți ce a spus Dumnezeu atunci. Aşa trebuie să facem. N-are rost să-i punem cuvântul la îndoială. Dumnezeu a vorbit foarte clar şi pe înțeles. Dar cine poate să-L înțeleagă pe Dumnezeu, cu excepția lui Dumnezeu?

Deci voi trebuie să ajungeți Dumnezeu ca să-L înțelegeți pe Dumnezeu. Eu vă invit să fiți din nou ca Dumnezeu, să fiți voi înşivă, nu altcineva. A medita asupra lui Dumnezeu nu înseamnă a-L sluji pe El, ci înseamnă a deveni una cu Dumnezeu, a realiza că voi şi Dumnezeu sunteți una. ***Eu şi Tatăl suntem unul.*** N-a spus Iisus aşa? Dacă El a spus că El şi Tatăl sunt unul, atunci noi şi Tatăl putem fi de asemenea unul, pentru că şi noi suntem copiii lui Dumnezeu. Tot Iisus a mai spus că ceea ce El poate face şi noi putem, ba chiar mai bine. Deci putem fi chiar mai buni decât Dumnezeu, cine ştie?

De ce să-L slujim pe Dumnezeu atunci când nu-L cunoaştem pe Dumnezeu? De ce să avem o credință oarbă? Trebuie mai întâi să-L cunoaştem pe cel căruia ne închinăm, la fel cum vrem să cunoaştem fata înainte de a o lua în căsătorie. În zilele noastre este un obicei că nu ne căsătorim înainte să ne cunoaştem unul cu altul. De ce să ne închinăm lui Dumnezeu legați la ochi? Noi avem tot dreptul să-i cerem Lui Dumnezeu să apară în fața noastră, să ni se facă cunoscut. Noi avem dreptul să alegem pe care Dumnezeu vrem să urmăm.

După cum vedeți şi în Biblie scrie foarte clar că trebuie să fim vegetarieni. Trebuie să fim vegetarieni din motive de sănătate. Trebuie să fim vegetarieni din motive ştiințifice. Trebuie să fim vegetarieni din motive economice. Trebuie să fim vegetarieni din compasiune. Şi mai trebuie să fim

vegetarieni pentru a salva lumea.

Cercetările arată că, dacă în Occident, în America, oamenii ar urma un regim vegetarian o singură zi pe săptămână, am putea salva 16 milioane de oameni care mor de foame în fiecare an. Deci, fiți eroi, fiți vegetarieni! Pentru toate aceste motive, chiar dacă nu urmați învățăturile mele şi nu practicați aceeaşi metodă, vă rog fiți vegetarieni, pentru binele dumneavoastră şi al întregii lumi

Î. - Dacă fiecare ar mânca doar plante, se vor micşora resursele de hrană?

M. - Nu. Utilizând o parcelă de pământ pentru a o cultiva cu grâne înseamnă de 14 ori mai multă hrană decât dacă am utiliza aceeaşi bucată de pământ pentru hrana furajeră. Plantele de pe fiecare pogon de pământ produc 800 000 de calorii de energie. Dacă aceste plante sunt utilizate pentru creşterea animalelor care vor fi mâncate ca hrană, carnea lor va însemna doar 200 000 calorii. Asta înseamnă că în acest proces se pierd 600 000 calorii. Aşadar, în mod evident, regimul vegetarian este mult mai eficient şi economic decât cel bazat pe carne.

Î. - Un vegetarian poate mânca peşte?

M. - Este în regulă dacă vrei să mănânci peşte. Dar dacă doriți să fiți vegetarian, este bine să ştiți că peştele nu e legumă (Râsete).

Î. - Unii spun că e important să ai un suflet bun şi nu neapărat să fii vegetarian. Are aceasta vreun sens?

M. - Dacă cineva este atât de bun la inimă, atunci

cum poate să mănânce din carnea altei ființe? Văzându-le suferința, el nu ar mai fi capabil să le mănânce. A mânca carne înseamnă să fii fără milă - cum ar putea un om bun la suflet să săvârşească aşa ceva?

Maestrul Lien Chih a spus odată: ***„Îi ucide trupul şi îi mănâncă carnea. Nimeni pe lumea asta nu este mai crud, mai diabolic şi mai ticălos decât un asemenea om.”*** Cum ar putea el să susțină vreodată că are un suflet bun?

Mencius a spus de asemenea: „***Dacă l-ai văzut în viață, nu vei suporta să-l vezi murind şi dacă l-ai auzit gemând, nu vei fi în stare să-i mănânci carnea; aşadar, adevăratul gentleman să se țină departe de bucătărie.***”

Inteligența umană fiind superioară inteligenței animalelor, oamenii pot folosi arme ca să le facă neputincioase în fața noastră, dar ele vor muri urându-ne. Un om care luptă cu creaturi mai mici şi mai slabe decât el, n-are nici un drept de a fi numit gentleman. Atunci când sunt ucise, animalele trec printr-o stare teribilă de agonie, teamă şi ură, declanşând producerea de toxine care rămân în carnea lor, ca să-i rănească pe cei care o mănâncă. Cum frecvența vibrației animalelor este mai mică decât a omului, ea va influența vibrația noastră şi va afecta dezvoltarea înțelepciunii noastre.

Î. - Este bine să fim doar „vegetarieni de conveniență”? (Vegetarienii de conveniență nu evită în mod strict carnea. Dintr-o mâncare de legume cu carne, ei consumă doar legumele.)

M. - Nu. Dacă, de pildă, hrana ar fi scufundată într-un lichid otrăvitor şi apoi scoasă afară, ce credeți, va deveni otrăvitoare sau nu? În Mahaparinirvana Sutra, Mahakasyapa îl întreabă pe Buddha: „***Când cerşim şi ni se dau vegetale***

amestecate cu carne, putem mânca această hrană? Cum putem curăța mâncarea?" Buddha i-a răspuns: „***Trebuie spălate cu apă şi separate vegetalele de carne, numai atunci le puteți mânca."***

Deci din dialogul de mai sus se înțelege că într-un regim vegetarian, nu se pot mânca nici măcar vegetalele care au fost amestecate cu carne, până nu le spălăm şi le curățăm, să nu mai vorbim de mâncatul cărnii! De aceea, se poate vedea clar că Buddha şi discipolii lui păstrau o un regim strict vegetarian. Totuşi, unii caută să-L ponegrească pe Buddha spunând că a fost vegetarian de conveniență şi că mânca şi carne când i se oferea. Aceste afirmații sunt în întregime false. Cei care spun aceasta, fie că au citit prea puțin din Scripturile sacre sau nu au înțeles Scripturile pe care le-au citit.

În India 90% din populație este vegetariană. Când oamenii văd cerşetori în haine galbene, ei ştiu că trebuie să le ofere doar hrană vegetală, să nu mai vorbim de faptul că cei mai mulți nu au carne de oferit!

Î. **-** Cu mult timp în urmă am auzit un alt maestru spunând: „Buddha a mâncat un picior de porc, a făcut diaree şi murit." Este adevărat sau nu?

M. **-** Categoric că nu. Buddha a murit din cauza unor ciuperci pe care le-a mâncat. Dacă traducem direct din limba brahmanilor, această ciupercă se numeşte „*piciorul porcului*", deci nu este vorba de carne de animal, ci de ciuperca cu acest nume. La fel se întâmplă în cazul fructului numit „*longan*", ceea ce în chineză înseamnă „*ochii dragonului*". Sunt multe care nu par a fi vegetale după nume, dar în realitate sunt vegetale, ca de exemplu „*ochiul dragonului*". Ciuperca cu pricina în limba brahmanilor se

numea „*piciorul porcului*”, sau „*bucuria porcului*”. Amândouă denumirile sunt în legătură cu porcul. Aceste ciuperci se găseau foarte rar în India antică şi erau un fel de delicatese, iar oamenii le ofereau lui Buddha în semn de veneraţie. Ele cresc în pământ, nu la suprafaţă. Ca să le găsească, oamenii se foloseau de un porc bătrân, căruia îi plăceau foarte mult aceste ciuperci. Porcii le detectau prin miros şi când găseau vreuna, scormoneau pământul cu piciorul ca să o scoată la suprafaţă şi să o mănânce. Iată de ce această varietate de ciupercă a fost denumită „*bucuria porcului*” sau „*piciorul porcului*”. Ambele denumiri se referă la acelaşi fel de ciupercă. Deoarece aceste denumiri au fost traduse incorect şi pentru că oamenii nu au cunoscut originea expresiei, generaţiile care au urmat le-au dat o interpretare falsă, socotindu-L pe Buddha, în mod greşit, drept un mâncător de carne. Este un fapt de-a dreptul regretabil.

Î. - Cei cărora le place carnea spun că ei o cumpără de la măcelar şi deci nu ei sunt ucigaşii. De aceea nu este nici un păcat să o mănânce. Este adevărat?
M. - Este o mare greşeală. Ştiţi doar că măcelarii omoară animalele pentru că oamenii vor carne. În Lankavatara Sutra, Buddha spune: ***„Dacă nimeni n-ar consuma carne, nu s-ar săvârşi nici un omor. A mânca carne sau a ucide fiinţe vii este unul şi acelaşi păcat.”*** Din cauza uciderii a tot mai multe fiinţe însufleţite, noi avem dezastre şi calamităţi naturale. Războaiele, de asemenea, sunt provocate de prea multe omoruri.

Î. - Unii spun că deşi plantele nu produc substanţe toxice cum ar fi ureea sau urochinaza, totuşi cultivatorii de fructe şi legume folosesc pesticide, care sunt dăunătoare

sănătății noastre, aşa este?

***M*:** - În cazul în care fermierii folosesc pesticide sau alte substanțe de înaltă toxicitate, cum ar fi DDT-ul, acestea pot duce la apariția cancerului, infertilității şi a bolilor de ficat. Toxinele, ca DDT-ul de exemplu, se acumulează în grăsimi, în special în grăsimile animale. Când mâncați carne, luați şi aceste pesticide foarte concentrate sau alte otrăvuri, care s-au acumulat de-a lungul anilor până animalul a fost gata de tăiat. Aceste acumulări pot fi de 13 ori mai mari decât cele din fructe, vegetale sau grâne. Noi putem spăla pesticidele care au fost stropite pe suprafața legumelor şi fructelor, dar nu putem spăla toxinele acumulate în carnea animalelor. Procesul acesta de acumulare are loc pentru că aceste pesticide se acumulează de la sine. Astfel, consumatorii, care constituie ultima verigă a lanțului biologic, sunt cei mai periclitați.

Experimentele făcute la Universitatea din Iowa arată că aproape toate pesticidele găsite în corpul uman provin din consumul de carne. Ei au descoperit că pesticidele găsite în corpul vegetarienilor sunt cu 50% mai reduse față de cele găsite în corpul consumatorilor de carne. De fapt, sunt şi alte toxine în carne, pe lângă pesticide. În procesul de creştere al animalelor sunt folosite chimicale care le fac să crească mai repede, le schimbă culoarea sau gustul cărnii sau ajută la păstrarea ei, etc.

De exemplu, substanțele derivate din nitrați, care ajută la păstrarea cărnii, sunt foarte toxice. Cotidianul *The New York Times* din 18 iulie 1971 scria: *„Cele mai mari pericole care amenință sănătatea consumatorilor de carne, o constituie poluanții invizibili din carne, cum ar fi: bacteria din somon, resturile de pesticide, conservanții, hormonii şi alte chimicale.*” Pe lângă toate acestea, animalele sunt vaccinate, iar serul

poate rămâne în carnea lor. De aceea, proteinele care se găsesc în fructe, nuci, alune, soia, porumb, lapte, sunt mult mai pure decât cele din carne, care conțin 56% impurități insolubile în apă. Cercetările arată că toate aceste toxine fabricate de om pot duce la cancer sau alte boli, precum şi la malformații congenitale. Aşadar, este mult mai potrivit pentru femeile însărcinate să păstreze un regim vegetarian pur, pentru a asigura sănătatea fizică şi spirituală a copiilor. Bând mult lapte puteți obține necesarul de calciu, din boabe puteți lua proteine, iar din fructe şi legume puteți lua vitaminele şi substanțele minerale necesare organismului.

Vegetarianismul: cea mai bună soluție pentru criza mondială de apă

Apa este esențială pentru supraviețuirea tuturor ființelor vii de pe această planetă. Totuşi, abuzul resurselor de apă ale planetei, aşa cum a fost dovedit de Institutul internațional de apă de la Stockholm (SIWI), a făcut ca această resursă prețioasă să ajungă în pericol pentru generațiile viitoare.

Mai jos găsiți unele date şocante raportate la Conferința anuală a săptămânii apei de la SIWI, ținută între 16-20 august 2004.

* De câteva decenii, creşterea producției de hrană a depăşit creşterea populației şi acum, majoritatea lumii nu mai are apă ca să producă mai mult.

* Grânele consumate pentru producția de carne cer între 10 000 şi 15 000 de kg de apă pentru fiecare kg de carne produs. (cantitatea aceasta duce la o rată a eficienței de mai puțin de 0,01%, dacă o fabrică obişnuită ar merge cu randamentul acesta, ar fi înlocuită foarte rapid!)

* Cerealele cer între 400 şi 3 000 de kg de apă pentru fiecare kg de cereale produs (ceea ce reprezintă 5% din ce se cere pentru producția de carne)

* Aproape 90% din toată apa destinată consumului este folosită pentru creşterea hranei.

* Țări cum sunt Australia, unde apa este foarte săracă, în realitate *exportă* apă sub formă de carne.

* În țările în curs de dezvoltare, cei care consumă carne folosesc resurse care echivalează cu 5 000 de litri de apă pe zi

în comparație cu 1 000 – 2 000 de litri folosiți de cei care sunt vegetarieni. (Relatat de cotidianul *Guardian* din 23.8.2004)

De asemenea, într-o altă notă informativă care nu a fost luată din raportul SIWI, se arată că tot mai multe regiuni din pădurea amazoniană sunt eliberate ca să fie cultivate cu soia. Însă, această soia este folosită la creşterea animalelor de consum. Ar fi mult mai eficient dacă această soia ar fi folosită ca hrană directă pentru oameni!

Foarte mulți inițiați îşi aduc aminte că Maestra a luat în discuție efectul consumului de carne asupra mediului înconjurător în prelegerea „Beneficiile unui regim vegetarian" din broşura *Cheia iluminării spirituale imediate*: *„Creşterea animalelor pentru carne îşi are consecințele ei. Duce la distrugerea pădurii amazoniene, poluarea apei, creşterea temperaturii globale, scăderea resurselor de apă, propagarea deşertului, folosirea greşită a resurselor de energie şi duce la foametea din lume. Folosirea pământului, a apei, a energiei şi a efortului uman pentru a produce carne nu este o cale eficientă de a folosi resursele planetei*."

Deci pentru a reduce considerabil cantitatea de apă care este consumată la nivel global, omenirea trebuie să abordeze o cale nouă pentru a se hrăni, şi regimul vegetarian se încadrează în această necesitate.

Pentru relatări asemănătoare, vă rugăm să vizitați:
http://www.worldwatercouncil.org/
http://news.bbc.co.uk/2/hi/science/nature/3559542.stm
http://www.news.bbc.co.uk/1/hi/sci/tech/2943946.stm

Când Iubirea Maestrului a venit în sufletul meu
Am renăscut din nou.
Să nu mă întrebi care este motivul:
Motivul nu este logica IUBIRII!



Eu sunt vocea tare
A întregii creații.
Care strigă în gura mare
Durerea şi neajunsurile lor.
De viață după viață în cercul infinit al morții.
Roagă-te, Maestre plin de compasiune,
Grăbeşte-te! Şi pune-i capăt.



Oamenii merg afară noaptea să cânte şi să danseze,
Sub muzica şi lumina acestei lumi.
Numai eu singură stau în extaz,
Şi mă leagăn în Strălucirea şi Muzica din interior.



Binecuvântarea Ta curge spre toți şi încălzeşte,
Cei buni şi cei răi,
Cei frumoşi şi cei urâți,
Cei sinceri şi cei nemernici,
Pentru toți la fel!
Oh, Maestre, nu-ți pot cânta lauda niciodată,
Iubirea ta o port la pieptul meu,
Şi dorm cu ea în fiecare noapte.

Din: „Lacrimi tăcute”
de Maestra Supremă Ching Hai

Publicații

Pentru înălțarea spiritului nostru şi cu scopul de a aduce inspirație în viața noastră de zi cu zi, puteți să vă bucurați de o colecție bogată din învățăturile Maestrei Supreme Ching Hai, care pot fi găsite sub formă de cărți, casete video, casete audio, casete cu muzică, DVD-uri, MP3-uri şi CD-uri.

Pe lângă cărțile şi casete deja publicate, puteți avea accesul foarte rapid şi gratuit la o gamă foarte diversificată din învățăturile Maestrei pe internet. De exemplu, numeroase pagini de internet vă oferă accesul la revistele care se publică cel mai frecvent (căutați la adresele de internet indicate mai jos). Celelalte publicații pe internet cuprind poeziile Maestrei, aforisme pline de inspirație, cât şi numeroase prelegeri sub formă de fişiere audio sau video.

O altă publicație răspândită pe larg în întreaga lume şi găsită acum şi pe internet în mai mult de 50 de limbi, este broşura introductivă a Maestrei. Ca să obțineți una din copiile acestei broşuri, vă rugăm să vizitați următoarele adrese de internet:

www.godsdirectcontact.org/sample/ (USA)
www.direkter-kontakt-mit-gott.org/booklet/index.htm (Austria)
www.godsdirectcontact.org.tw/eng/publication/sample/sample.htm (Formosa)

Cărți

Să pui mâna pe una din cărțile Maestrei în mijlocul unei zile aglomerate poate să însemne salvarea vieții tale. Cuvintele Maestrei sunt aduceri aminte foarte clare despre Natura noastră adevărată. Indiferent dacă citim prelegerea informativă a Maestrei din „*Cheia iluminării spirituale imediate*" sau poezia de o compasiune profundă din volumul „*Lacrimi tăcute*", sâmburii înțelepciunii ne sunt revelați întotdeauna.

Pe lista de mai jos veți găsi în paranteză numărul de volume prezent în fiecare limbă. Pentru mai multe informații despre cum să obțineți aceste cărți, vă rugăm să căutați la rubrica obținerea publicațiilor.

Cheia iluminării spirituale imediate. O colecție de prelegeri ale Maestrei Supreme Ching Hai. Prezentate în limbile: aulaceză (1-14); chineză (1-8); engleză (1-5); franceză (1); finlandeză (1); germană (1-2); ungară (1); indoneziană (1-5); japoneză (1- 3); coreeană (1-11); mongoleză (4&6); portugheză (1-2); poloneză (1-2); spaniolă (1-3); suedeză (1); tailandeză (1-6) tibetană (1).

Cheia iluminării spirituale imediate - întrebări şi răspunsuri. Prezentate în limbile: aulaceză (1-4); chineză (1-3); cehă (1); engleză (1-2); franceză (1); germană (1); ungară (1); indoneziană (1-3); japoneză (1); coreeană (1-3); portugheză (1); poloneză (1), română (1) şi rusă (1).

Cheia iluminării spirituale imediate - ediție specială, reuniunea de 7 zile. O colecție de prelegeri ale Maestrei din 1992 din timpul unui refugiu de meditație din San Di Mun, Formosa. Prezentat în limbile aulaceză şi engleză.

Cheia iluminării spirituale imediate - ediție specială, Turneul mondial de prelegeri din 1993. (6 volume) O colecție de prelegeri ale Maestrei Supreme Ching Hai din timpul Turneului mondial din 1993. Prezentate în limbile chineză şi engleză.

Scrisori între Maestră şi practicienii spirituali: engleză (1), chineză (1-3), aulaceză (1-2) şi spaniolă (1).

Maestra spune poveşti. Prezentat în: engleză, chineză, spaniolă, aulaceză, coreeană, japoneză şi tailandeză.

Lacrimi tăcute. Carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în mai multe ediții combinate în limbile germană - franceză şi chineză - engleză. De asemenea, se găseşte şi în limbile spaniolă, portugheză, coreeană şi filipineză.

Dumnezeu are grijă de toate – Carte cu poveşti ilustrate din înțelepciunea Maestrei Supreme Ching Hai**,** în limbile aulaceză, chineză, engleză şi germană.

Visul unui fluture. O carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în limbile aulaceză şi engleză.

Timpuri vechi. O carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în limba engleză.

Memorii de aur. O carte de poezii scrisă de Maestră în tinerețe. Prezentată în limba aulaceză.

Memorii uitate. O carte de poezii scrisă de Maestră în tinerețe. Prezentată în aulaceză şi engleză.

Urme ale vieții trecute. O carte de poezie scrisă de Maestră. Prezentată în limba engleză.

Contactul direct cu Dumnezeu - Calea de a ajunge la pace. O colecție a prelegerilor Maestrei Supreme Ching Hai din timpul Turneului european din anul 1999. În acest volum Maestra vorbeşte despre cauza principală a războiului şi a suferinței din această lume, şi arată că singura cale de a aduce pacea în rândul oamenilor este prin a veni în contact direct cu Dumnezeu. Dacă urmăm calea corectă, atunci cu siguranță că putem să schimbăm viitorul lumii. Fiecare cuvânt din discursul Maestrei este are un ton foarte puternic care le răscoleşte inimile oamenilor! Prezentate în engleză şi chineză.

Am venit să vă iau acasă. O colecție de citate şi învățături spirituale ale Maestrei Supreme Ching Hai. Prezentate în bulgară, cehă, engleză, franceză, germană, greacă, ungară, italiană, indoneziană, coreeană, poloneză, română, rusă, spaniolă şi turcă.

Aforisme. Sâmburii înțelepciunii eterne a Maestrei**.** Prezentate în combinație de limbi engleză – chineză, spaniolă – portugheză, franceză – germană şi în coreeană.

Bucătăria Supremă – rețete culinare internaționale, o selecție de gustări originale. O colecție de delicatese culinare recomandate de practicienii din toată lumea. Prezentată în engleză şi chineză.

O lume a păcii prin muzică. O colecție de interviuri şi compoziții muzicale din cadrul Concertului de binefacere din Los Angeles, California. Prezentat într-o combinație de limbi în egleză – aulaceză - chineză.

Casete audio şi video

Vizionarea casetelor Maestrei ne poate ajuta să ne refacem perspectivele şi ne aduce aminte de Sinele nostru adevărat. Prin înțelepciunea convertită de multe ori cu umor, cuvintele şi gesturile Maestrei ne aduc căldura râsului în inimile noastre. De asemenea, casetele audio cu prelegerile şi discuțiile cu inițiații poate transforma timpul petrecut pe o navetă într-o experiență plăcută.

O listă scurtă cu casetele care sunt disponibile la ora actuală vă este prezentată mai jos. Pentru mai multe informații despre cum să obțineți aceste casete, vă rugăm să căutați la rubrica obținerea publicațiilor.

O rugăciune pentru pacea lumii. Prelegere în Ljubljana, Slovenia.
Să fii propriul tău Maestru. Meditație de grup, Texas, SUA.
Trecerea din invizibil. Prelegere în Durban, Africa de Sud.
Importanța demnității omului. Meditație de grup, New Jersey, SUA.
Să te conectezi pe tine cu Dumnezeu. Prelegere în Lisabona, Portugalia.
Cum să-ți iubeşti duşmanii. Meditație de grup, Santimen, Formosa.
Să te reîntorci la inocența copilăriei. Prelegere în Stockholm, Suedia.
Calea de a găsi comoara lăuntrică. Meditație de grup, Chiang Mai, Tailanda.
Împreună putem să alegem un destin mai luminos. Prelegere în Varşovia, Polonia.
Alegerea fiecărui suflet. Meditație de grup, Los Angeles, SUA.
Mergi pe drumul iubirii. Meditație de grup, Londra, Anglia.
Lăsaşi-i pe ceilalți să creadă în Dumnezeu aşa cum doresc ei. Meditație de grup, Los Angeles, SUA.

Casete şi CD-uri cu muzică

Darurile muzicale ale Maestrei pentru noi cuprind imnuri budiste, poezie şi compoziții originale, care sunt interpretate cu instrumente tradiționale cum ar fi mandolina şi țiter-ul chinezesc. Multe din compozițiile muzicale pot fi obținute ca CD-uri şi casete audio. Pentru mai multe informații despre cum să obțineți aceste casete şi CD-uri, vă rugăm să căutați la rubrica obținerea publicațiilor.

Imnuri budiste. Imnuri de meditație ale Maestrei Supreme Ching Hai, vol. 1, 2, 3.
Imnuri sfinte: Halleluja
Urme ale vieții trecute. Poezie cântată de Maestră, vol. 1, 2, 3.
O cale spre legendele iubirii. Poezie cântată de Maestră**,** vol. 1, 2, 3.
O colecție de muzică compusă de Maestră. (vol. 1-9) Compoziții originale interpretate la țambal, harpă, pian, țiterul chinezesc, pianină şi altele.

DVD-uri

Codul	Titlul	Locul
240	Să conduci lumea spre o eră nouă	Hsihu, Formosa
260	Misterul lumii de dincolo	New York, USA
389	Cântece şi compoziții ale Maestrei Supreme Ching Hai	
467	Suferința din această lume vine din ignoranța noastră	Singapore
493	Apreciază valoarea inițierii	Hamburg, Germania
582	Să fii hotărât pe calea spirituală	Australia
608	Metodele progresului spiritual	Washington D.C., SUA
638	Să dai tot ce ai mai bun în tine	Centrul din Florida, SUA
665	Liniştirea minții	Istanbul, Turcia
665a	Liniştirea minții	Istanbul, Turcia
667	Să fii purtătorul torței pentru Dumnezeu	Johannesburg, Africa de Sud
670	Natura noastră perfectă	Florida, SUA
671	Să fii iluminat	Tel Aviv, Israel
673	Emoții transcedentale	Cape Town, Africa de Sud

674	Să mergi în iubire şi veselie	Cape Town, Africa de Sud
676	Parlamentul religiilor lumii	Cape Town, Africa de Sud
677	Zâmbetul unui înger	Bangkok,Tailanda
680	Dincolo de vidul existenţei	Bangkok,Tailanda
688	Iubirea este esenţa adevărată a vieţi	Malaezia
689	Iluminarea şi ignoranţa	Nepal
692	Să asculţi în interior la natura noastră adevărată	Taoyuan, Formosa
693	Înţelepciunea şi concentrarea	Tokyo, Japonia
694	Viaţa continuă pentru totdeauna	Seoul, Coreea
695	Un schimb de idei spirituale şi intelectuale Conferinţă la Academia Sinica	Formosa
696	Libertate dincolo de minte şi corp	Young Dong, Coreea
705	Trezirea din vis	Centrul din Seoul, Coreea
709	O seară cu staruri	Los Angeles, SUA
701	Să răspândeşti învăţătura adevărată	Yong Dong, Coreea
711	Hotelul numit viaţă	Fresno, California, SUA
718	Iubirea este bună mereu	Centrul din Florida, SUA

..... etc.

Obţinerea publicaţiilor

Toate publicaţiile sunt oferite la preţul minim. Dacă vreţi să cumpăraţi sau să comandaţi vreo publicaţie, vă rugăm să vă adresaţi mai întâi Centrul local sau persoanei de contact, ca să vedeţi dacă publicaţia este disponibilă. Ca să obţineţi lista cu publicaţiile disponibile, puteţi să întrebaţi la Centrul local sau să vizitaţi următoarea adresă de internet:

www.godsdirectcontact.com/publications

În plus, multe din revistele publicate pe internet au rubrici speciale în care sunt anunţate cele mai recente cărţi şi casete publicate. Spaţiile de expunere din cadrul reuniunilor sunt de asemenea locuri excelente unde se pot vedea imediat cărţile, casetele, fotografiile, picturile şi bijuteriile create de Maestră.

Dacă este necesar, puteți să comandați direct de la sediul central din Formosa (P.O.Box 9, Hsihu, Miaoli, Formosa, ROC). Catalogul cu toate detaliile poate fi obținut la cerere, de asemenea.

Paginile de internet Quan Yin

Pentru mai multe informații despre publicații, cât şi informații despre Metoda Quan Yin, vă rugăm să vizitați următoarele adrese de internet:

http://www.godsdirectcontact.eu.com/rom/index.htm (în limba română)
www.Godsdirectcontact.com/
www.Godsdirectcontact.org/
www.Godsimmediatecontact.net/
www.Godsimmediatecontact.org/
www.Godsimmediatecontact.com/

De la adresele de mai sus puteți să navigați mai departe spre mai multe pagini Quan Yin pe internet.

„Găseşte-ţi propria Comoară Eternă şi vei fi capabil să te iei din Sursa ei inepuizabilă. Acestea sunt Binecuvântări infinite! Nu am cuvinte cu care să-i fac reclamă. Nu pot decât să-i aduc laude şi să sper că voi o să credeţi în lauda mea şi pe undeva, energia mea va avea efect asupra inimii voastre şi vă va înălţa la aceste sentimente de bucurie, şi atunci o să credeţi. După iniţiere, veţi cunoaşte cu adevărat însemnătatea cuvintelor mele. Nu am o altă cale prin care să vă fac să înţelegeţi această Binecuvântare extraordinară, pe care Dumnezeu mi-a dat-o, şi mi-a dat dreptul să o împart, gratis şi fără condiţii."

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„Noi luăm karma de la cei din jurul nostru, prin a ne uita la ei, prin a ne gândi la ei, prin a le împrumuta o carte, prin a lua masa cu ei, etc. În felul acesta noi binecuvântăm oamenii şi le reducem din karma lor. În felul acesta noi practicăm, ca să propagăm Lumina şi să alungăm întunericul. Binecuvântaţi sunt cei care ne dau din karma lor, noi suntem bucuroşi să-i ajutăm."

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

„În limbajul uman, noi vorbim tot timpul nimicuri. Noi trebuie să tralala mereu în legătură cu toate. Noi trebuie să comparăm, trebuie să evaluăm, trebuie să identificăm, trebuie să dăm un nume la toate. Dar Absolutul, dacă este Absolutul adevărat, noi nici măcar nu putem să vorbim despre aşa ceva, nu poţi să vorbeşti despre el. Nici măcar nu poţi să te gândeşti la el. Nu poţi să ţi-l imaginezi. Nu este nimic. Înţelegeţi?"

~~~ Maestra Supremă Ching Hai ~~~

Veşti bune pentru vegetarieni
Proteinele esențiale de natură vegetariană

Un regim vegetarian nu este doar un beneficiu extraordinar pentru practica noastră spirituală, dar este şi foarte sănătos pentru noi. Totuşi, trebuie să dăm o atenție specială la echilibrul alimentației şi să ne asigurăm că nu ne lipsesc proteinele de natură vegetariană atât de necesare.

Sunt două tipuri de proteine, cele de natură animală şi cele de natură vegetariană. Boabele de soia, boabele din păstăi de fasole de diferite soiuri sunt unele din sursele de proteine de natură vegetariană. Să menții un regim vegetarian nu înseamnă că trebuie să mănânci numai legume prăjite, trebuie incluse şi proteinele pentru a completa alimentația necesară unei persoane.

Dr. Miller a fost un vegetarian toată viața lui. El a practicat medicina şi i-a tratat pe săracii din China pentru 40 de ani. Convingerea lui era că noi nu trebuie să mâncăm decât cereale, păstăioase, fructe şi legume, ca să obținem toată hrana de care avem nevoie să ne menținem sănătatea. După cum spune Dr. Miller: „Pasta de soia reprezintă *carnea fără oa*se. Pasta de soia este foarte hrănitoare, de exemplu dacă oamenii nu pot să mănânce decât un singur gen de mâncare şi aceasta ar fi pasta de soia, atunci ei ar trăi mult mai mult."

Să găteşti o masă vegetariană este ca şi cum găteşti o masă cu carne, cu excepția că ingredientele cu proteine

vegetariene cum ar fi bucățile de pui vegetarian, antricotul vegetarian sau feliile de carne vegetariană sunt folosite în locul cărnii. De exemplu, în loc să găteşti „mâncare de carne cu praz" sau „supă din alge marine cu ou", acum poți să găteşti „mâncare de carne vegetariană cu praz" sau „supă din alge marine cu bucăți de soia".

Dacă locuiți în țări unde aceste ingrediente din proteine de natură vegetariană nu sunt disponibile, puteți să contactați Centrul local al Asociației internaționale Maestra Supremă Ching Hai şi noi o să vă oferim informații despre surse de aprovizionare şi restaurante vegetariene pentru voi.

De asemenea, cu privire la cum să găteşti mâncare vegetariană, puteți să consultați cartea „*Bucătăria supremă*" care este publicată de Asociația internațională Maestra Supremă Ching Hai sau alte cărți de bucate vegetariene.

Ca să obțineți lista cu restaurantele vegetariene din lume, vă rugăm să vizitați:
http://www.GodsDirectContact.com/vegetarian/veg.html

Mai jos găsiți o listă cu unele din restaurantele vegetariene şi companiile pentru hrană vegetariană, pentru referință.

Restaurante vegetariene din întreaga lume
(gestionate de inițiați)

Africa *Africa de Sud*
Johannesburg
Numele: Nkele Healthy Eatery
Adresa: 79 Pritchard Street, Johannesburg, Africa de Sud (în interiorul Bisericii Metodiste)
Tel: 27-83-964-8527

America SUA
New York
Numele: Viga Vegetarian Food (un aprozar vegetarian)
Adresa:57-05 136 Street Flushing, New York 11355,
Tel/Fax: 1-718-886-3707

Arizona
Numele: Vegetarian House
Adresa: 3239 E. Indian School Rd, Phoenix AZ 85018
Tel: 1-602-264-3480

Oregon
Numele: Sarang Korean Vegetarian Restaurant
Adresa: 706 SW Hurbert St., Newport, OR 97365,
Tel: 1-541-265-5803

California-Los Angeles
Numele: Au Lac Vegetarian Restaurant
Adresa:16563 Brookhurst Street, Fountain Valley, CA 92708 USA (Orange County´s)
Tel: 1-714-418-0658

Oakland
Numele: Golden Lotus Vegetarian Restaurant
Adresa: 1301 Franklin St. Oakland, CA 94612 USA
Tel: 1-510-893-0383

San Francisco
Numele: Golden Era Vegetarian Restaurant
Adresa: 572 O'Farrell Street, San Francisco, CA 94102
Tel: 1-415-673-3136

San Jose
Numele: The Supreme Master Ching Hai International Association Vegetarian House
Adresa: 520 East Santa Clara Street, San Jose CA 95112
Tel: 1-408-292-3798
http://Godsdirectcontact.com/vegetarian/

Massachusetts Boston
Numele: Quan Yin Vegetarian Restaurant
Adresa: 56 Hamilton Street, Worcester MA 01604 USA
Tel: 1-508-831-1322

Texas - Austin
Numele: Veggie Heaven
Adresa: 1914A Guadalupe Street, Austin, Texas 78705,
Tel: 1-512-457-1013
http://www.veggieheaven.org

Houston
Numele: Quan Yin Vegetarian Restaurant
Adresa: 10804-E Bellaire Blvd,Houston TX 77072 U.S.A
Tel: 1-281-498-7890

Dallas
Numele: Suma Veggie Cafe
Adresa: 800 E Arapaho Rd,Richardson, TX 75081
Tel: 1-972-889-8598

Georgia
Numele: Cafe Sunflower
Adresa: 5975 Roswell Rd. Suite 353, Atlanta GA 30328
Tel: 1-404-256-1675

Ohio
Numele: Food For Thought
Adresa: 212 East High Street, Lisbon OH 44432 USA
Tel/Fax: 1-330-424-9608

Washington
Numele: Teapot Vegetarian House
Adresa: 125 15th Ave E, Seattle WA 98112, USA
Tel: 1-206-325-1010

Puerto Rico San Juan
Numele: Lucero de Salud de Puerto Rico
Adresa: 1160 Americo Miranda Ave., San Juan, Puerto Rico

Mexic
Numele: LA GULA DE GULIS
Adresa: Bravo #847 Entre Canal y Esteban Morales C.p.9170 Veracruz, Mexic
Tel: (52) 0129-14-0621

Brazilia **San Paul**
Numele: Sabor Supremo Vegetarian Restaurant
Adresa: Rua Quintino Bocaiuva, 247 Centro Sao Paulo, SP. Brazilia. 01004-010
Tel: 55-11-3115-5481

Peru **Lima**
Numele: Sabor Supremo I
Adresa: Av. Villaran 840 Surquillo Lima-34
Tel: 51-1-4482590

Costa Rica
Numele: Restaurante Chocolate Caliente
Adresa: Del Banco Nacional de San Pedro 100 mts Sur y 10 mts Oeste, San Jose, Costa Rica
Tel: 506-280-9821

Europa Germania
Münhen
Numele: VINA - Vegetarian snackbar
Adresa: Westendstrasse 134, 80339 Muenchen, Germania
Tel/Fax: 49-89-54075146

Franța **Paris**
Numele: Tien Hiang
Adresa: 20, rue Nationale, 75013 Paris, Franța
Tel/Fax: 33-1-45829954

Spania **Valencia**
Numele: The Nature Vegetarian Restaurant
Adresa: Plaza Vannes, 7 (G.V.Ramon y Cajal, 36, dcha), 46007 Valencia, Spania
Tel: 34-96-394-0141

Oceania Australia
Melbourne
Numele: Wholly Vegetarian Cafe
Adresa: 11 Brighton Street Richmond Vic 3121 Australia
Tel: 61-3-428-9653

Asia Japonia
Gunma
Numele: Tea Room & Angel's Cookies
Adresa: 937 Takoji Kanbara Tsumagoi Agatsuma Gunma, Japonia
Tel / Fax: 81-279-97-1065
Se serveşte ceai şi prăjituri

Coreea
Numele: SM Chae-sik Han Sang (SM Vegetarian Restaurant in Korean)
Adresa: 23-15, Bugok 3 Dong, Guemjong-Gu, Busan, Coreea
Tel: 82-51-581-9993

Hong Kong **San Po Kong**
Numele: Light Sound Vegetarian House
Adresa: Shop A 06, G/F, San Po Kong Plaza, 33 Sung Ling Street
Tel: 852-2267-7861

Singapore
Numele: Happy Vegetarian Food
Adresa: Block 419, Tampines Street 41, #01-08 Pacific Restaurant, Singapore 520419
Tel: 65-9769-4981

Indonezia **Surabaya**

Numele: Surya Ahimsa Vegetarian Restaurant
Adresa: Jl. Walikota Mustajab 74
Tel: 62-31-5350466
E-mail : ahimsa88@msn.com

Filipine

Numele: Vegetarian House
Adresa: #79 Burgos.St; Puerto Princesa City, 5300 Palawan, Filipine
Tel/Fax: 63-48-433-9248
E-mail: veghouse@hotmail.com

Cum să ne contactați

Ddiscipolii sau practicienii Maestrei Supreme Ching Hai au pus bazele multor Asociații și Centre de meditație în întreaga lume. Centrul principal pentru publicații este în Formosa:

The Supreme Master Ching Hai International Association
P.O. Box 9, Hsihu Miaoli 36899, Formosa, ROC
P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, USA

Aceşti practicieni au primit inițierea în Metoda Quan Yin şi au voluntariat ca să-i ajute şi pe ceilalți care doresc să primească inițierea sau să cunoască mai multe despre învățăturile Maestrei Ching Hai. Ei sunt gata să vă ajute cu răspunsuri la întrebări sau să vă selecteze casete audio sau video sau publicațiile care sunt cele mai potrivite pentru voi. De asemenea, ei vă pot informa cu privire la programul de prelegeri, reuniunile sau alte activități organizate de Maestra Ching Hai.

*****AFRICA*****
Angola: Centrul din Angola 244-92-38082
luandacentre@yahoo.com
Benin: Centrul din Benin 229-383-982
smbenin@yahoo.fr
Bukinafaso: Centrul din Ouagadougou226341704
smburkinafaso@yahoo.fr
Cameron: Centrul din Douala 237-34-37232
smcameroon@hotmail.com
Republica Dem. Congo Kinshasa
Centrul din Kinshasa: 243-810583010
blessedcongo@yahoo.fr
Ghana: Centrul din Ghana 233-27- 607-528
smghanac@yahoo.com
Kenia: Centrul din Kenia 254-735564987
saintearthmail@yahoo.co.uk
Madagaskar:
Antananarivo Eric Razahidah 261-33-1115197
razahidah@hotmail.com
Mauritius:
Port Louis
Liang Dong Sheng 230-2566-286
smchmauritius@intnet.mu
Josiane Chan She Ping230-242-0462
smchmauritius@intnet.mu
Africa de Sud:
Cape Town Centrul din Cape Town
27-83-952-5744
capetowncentre@yahoo.com
Johannesburg Gerhard Vosloo 27-82-570-4437
ghvosloo@mweb.co.za
Dieketseng Napo 27-83-456-3968
dnapo@absamail.co.za
Togo:
Kpalime Centrul din Kpalime 228-4-410-948
Lome Centrul din Lome 228-2-222-864
smtogo@yahoo.com
David Chine 228-2-215-551

Uganda:
Kampala Samuel Luyimbaazi 256-7764-9807

*****AMERICA*****
Argentina: Buenos Aires
Mabel Alicia Kaplan 54-11-4-545-4640
backhome25@hotmail.com
Bolivia:
Santa Cruz
Adalina da graca munhoz 591-337-2039
adamunhoz@hotmail.com
Trinidad
Wu Chao Shien 591-4625964
Brazilia:
Belem
Wei Cheng Wu55-91-2234424/55-91-2746611
belemcenter@yahoo.com.br
Goiania
Erwin Madrid 55-62-3941-4510
erwinserrano@terra.com.br
Recife
Salma Casierra Alvarez 55-81-3262912
San Paulo
Centrul din San Paulo 55-11-5904-3083/55791180
br_center@yahoo.com.br
Canada:
Edmonton Brian Hokanson 1-780-444-6568
Dang Van Sang 1-780-963 5240
anh2sd@hotmail.com
Kingston Quang Thanh Le 1-613-384-6872
quang_le1@hotmail.com
Londra Centrul din Londra 1-519-933-7162
uniself@yahoo.com
Montreal Centrul din Montreal 1-514- 277-4655
smchmontreal@vif.com
Euchariste Pierre 1-514-277-2717
p_euchariste1@sympatico.ca
Hung The Nguyen 1-514-494-7511
thehungnguyen@vif.com
Ottawa Tuan Duong 1-613-565-0862
et323@ncf.ca
Toronto Centrul din Toronto 1-416-503-0515
Diep Hoa 1-905-828-2279
hoadiep0723@yahoo.com
Lenh Van Pham 1-416-282-5297
hiepham@rogers.com
Oficiu: torontocontact@yahoo.ca
Vancouver Li-Hwa Liao 1-604-541-1530
jsung22@shaw.ca
Sheila Coodin 1-604-580-4087
qycontactperson@yahoo.ca
Nguyen Thi Yen 1-604-581-7230
yentnguyen2002@yahoo.com
Chile:
La Serena
Esteban Zapata Guzman 56-51-451019
laserenacenter@hotmail.com
Santiago Centrul din Santiago 56-2-6385901
Centrul din Chile chilecenter@hotmail.com
56-2-6389229
Columbia:
Bogota
Blanca Elizabeth Pedraza 57-1-6240217
diachadicha@hotmail.com
Costa Rica:
San Jose Centrul din San Jose 506-2200-753
Laura Chen 506-3632-748
lauracmesa401@hotmail.com
Honduras:
Tegucigalpa
Edith Sagrario Ochoa 504-2250120
Mexic:
Mexico Sylvia Lagrange 52-686-568-4575
eternalmaster2002@yahoo.com.mx
Mexico D.F. Centrul din Mexico DF:
52-55-5752-7472/5639-3506
cmpkamelkamel@hotmail.com
kamel@igo.com.mx
Oficiul din Mexic 52-55-5852-1256
tcenter@contactodirectocondios.org
Monterrey
Roque Antonio Leal Suffo 52-8-379-0897
mtycenter@starmedia.com
Nicaragua:
Managua
Pastora Valdivia Iglesias 505-248-3651
roxanavet@hotmail.com
Panama: Centrul din Panama 507-236-7495
Maritza E.R. de Leone 507-260-5021
mrleone@hotmail.com
Paraguai:
Asuncion
Emilce Cespedes Gimenez 595-2-523684
ec_py2002@yahoo.com.ar
Peru:
Cusco Patricia Kross Canal 51-84-232682
cuscocentro@yahoo.com
Lima Centrul din Lima 51-1-4716472
Edgar Nadal & Teresa 51-1-4667737
edyter@viabcp.com
Victor Carrera 51-1-2650310
Puno Mercedes Rodriguez 51-54-353039
punocentroperu@yahoo.es
Trujillo Ra Segura Prado 51-44-221688

rsp_trujillo@hotmail.com

Salvador:
San Salvador Manuel Menjivar 503-216-9413
quijano_manuel@yahoo.es

Trinidad:
Ray Alibocus 1-868-637-1054
alibocus@tstt.net.tt

SUA:

Arizona: Centrul din Arizona 1-602-264-3480
Kenny Ngo 1-602-404-5341
kennyngoaz@hotmail.com

Arkansas: Robert Jeffreys 1-479-253-8287
bobedj@cox-internet.com

California:
*Los Angeles
Centrul din Los Angeles 1-909-674-7814
Tsung-Liang Lin 1-626-914-4127
tllin54@hotmail.com
Dong Phung 1-626-284-9994
SanGabriel99@hotmail.com
Gerald Martin 1-310-836-2740
gmartin0999@hotmail.com

*Sacramento
Hieu De Tu 1-916-682-9540
saccenter.ca@usa.com

*San Diego
Centrul din San Diego 1-619-280-7982
quanyinsd@juno.com
Tran Van Luu 1-619-475-9891

*San Francisco
Centrul din San Francisco
KHOALUONG@aol.com
Khoa Dang Luong 1-415-753-2922
Dan Hoang 1-415-333-9119
sfcenter@hotmail.com

*San Jose Sophie Lapaire 1-650-988-6500
Sophie.Lapaire@eng.sun.com
Edgar Shyuan 1-408-463-0297
Edgar-Teresa@worldnet.att.net
Loc Petrus 1-510-276-4631
petrusl2k@earthlink.net

Colorado: Victoria Singson 1-303-986-1248
torahi@ureach.com

Florida:
*Cape Coral
Thai Dinh Nguyen 1-941-458-2639
Thaidbzad@msn.com
Trina L. Stokes 1-239-433-9369
tls1095@earthlink.net

*Orlando
Michael Stephen Blake 1-407-333-0178
ekalbekim@yahoo.com

Georgia:
Centrul din Bhiksuni Chan Mo 1-770-936-9926
georgiacenter@hotmail.com
James Collins 1-770-934-2098
Kim Dung Thi Nguyen 1-404-292-7952

Hawaii: Centrul din Hawaii 1-808-735-9180
hawaiictr@hotmail.com
Dorothy Kaomi Sakata 1-808- 988-6059
DorothySakata@aol.com

Illinois: Tran,Cao-Minh Lam 1-773-506-8853
caominhtran@yahoo.com

Indiana: Duc Vu 1-317-293-5303
Duchanh@aol.com

Kentucky: Centrul din Kentucky
kycenter2000@yahoo.com
Nguyen Minh Hung 1-502-695-7257
Fuji.Nguyen@ky.gov

Louisiana: John L. Fontenot 1-504-483-3234
jlfontenot@hotmail.com

Maryland: Nguyen Van Hieu 1-301-933-5490
marylandcenter@yahoo.com

Massachusetts:
Centrul din Boston 1-978-436-9982
shinemound@earthlink.net
Gan Mai-Ky 1-508-791-7316
Huan-Chung Li 1-978-957-7021

Michigan: Martin John White 1-734-327-9114
mading02000@yahoo.com

Minnesota: Quach Ngoc 1-612-722-7328
quachmn@yahoo.com

Missouri:
*Jefferson Mary E.Steck 1-573-761-9969
MSteck5208@aol.com
*Rolla Genda Chen 1-573-368-2679
gchen@umr.edu

Nebraska: Celine Robertson 1-402-483-4067
croberts@lps.org

Nevada:
*Las Vegas Helen Wong 1-702-242-5688

New Jersey: Centrul din New Jersey
1-973-209-1651
c_newjersey@yahoo.com
Chang Sheng Chou 1-973-335-5336
JohnChou@ymlusa.com

New Mexico:
Nawarskas 1-505-342-2252
anawarskas@hotmail.com

New York:
Zhihua Dong 1-718-567-0064
dong@phys.columbia.edu

Rochester: Debra Couch 1-716-256-3961

dcouch@rochester.rr.com

North Carolina:

Huynh Thien Tan 1-704-535-3789

Ohio:

Vu Van Phuong 1-513-887-8597
ohiocenter@yahoo.com
Gilbert Rivera 1-937-746-3786
wisdmeye@aol.com

Oklahoma:

Tran Kim Lam 1-405-632-1598
LTRAN2292@aol.com

Oregon:

Portland Minh Tran 1-503-614-0147
oregon_center90@yahoo.com
Youping Zhong 1-503-257-2437
youping320@yahoo.com

Pennsylvania:

Diep Tam Nguyen 1-610-529-3114
DiepAshleyPa@aol.com
Ella Flowers 1-215-879-6852

Texas:

*Austin Centrul din Austin 1-512-396-3471
jjdawu@yahoo.com
Dean Duong Tran 1-512-989-6113
tranduongdean@yahoo.com

*Dallas Centrul din Dallas 1-214-339-9004
DallasCenter@yahoo.com
Tim Mecha 1-972-395-0225
t.mecha@comcast.net
Weidong Duan 1-972-517-5807
water96@yahoo.com
Jimmy Nguyen 1-972-206-2042
JimmyHNguyen@yahoo.com

*Houston Centrul din Houston 1-281-955-5782
Carolyn Adamson 1-713-6652659
cadamson@houston.rr.com
Charles Le Nguyen 1-281-251-8812
cuc_le@sbcglobal.net
Robert Yuan 1-281-251-3199
robert.yuan@hp.com

*San Antonio
Khoi Kim Le 1-210-558-2049
lethong@hotmail.com

Virginia: Centrul din Virginia 1-703-941-0067
Hua Phi Anh 1-703-978-6791
anhhly@hotmail.com

*Virginia Beach
Centrul din Virginia Beach 1-757-461-5531
liem_le23502@yahoo.com

Washington:

*Seattle Ben Tran 1-425-643-3649
benptran@aol.com
Edward Tan 1-206-228-8988
edtan@usa.com

Wyoming: Esther Mary Cole 1-307-332-7108
sumaemc@yahoo.com

Puerto Rico:

Camuy
Disnalda Hernanadez Morales
1-787-262-1874
disnalda@caribe.net

*****ASIA*****

Formosa:

Taipei Centrul din Taipei 886-2-2706-6168
tpe.light@msa.hinet.net
Loh, Shih-Hurng 886-2-27062628
shloh@ndmctsgh.edu.tw

Miaoli Chen, Tsan Gin 886-37-221618
Chu, Chen Pei 886-37-724726

Kaohsiung
Zeng, Huan Zhong 886-7-7534693

Hong Kong:
Centrul din Hong Kong 852-27495534
Oficiu: 852-26378257
joyandlove3@hotmail.com

India:

Calcutta Ashok Sinha 91-33-655-6741
shiva@cal.vsnl.net.in

Indonezia:

Bali Centrul din Bali 62-361-231-040
smch_bali@yahoo.com
Agus Wibawa 62-81-855-8001
wibawa001@yahoo.com

Jakarta Centrul din Jakarta 62-21-6319066
smch-jkt@dnet.net.id
Tai Eng Chew 62-21-6319061
cte@envirotec.co.id
Lie Ik Chin 62-21-6510715
herlina@ueii.com
Murniati Kamarga 62-21-3840845
hai@cbn.net.id
Ketut P.Swastika 62-21-7364470
ketut@sinarmas.co.id

Malang Judy R. Wartono 62-341-491-188
yudi_wartono@telkom.net
Henry Soekianto 62-341-325-832

Medan Merlinda Sjaifuddin 62-61-4514656
smch_medan@hotmail.com

Surabaya Centrul din Surabaya 62-31-5612880
ahimsasb@indosat.net.id
Harry Limanto Liem 62-31-594-5868
harry_l@sby.dnet.net.id

Yogyakarta
Madyana Putra Augustinus 62-274-411-701

t.adianingtyas@lycos.com

Israel: Mr. Yaron Adari 972-9-866-6247
ya05@netvision.net.il

Japonia:

Gunma Hiroko Ichiba 81-27-9961022
divinalv@mth.biglobe.ne.jp

Tateyama Centrul din Tateyama 81-470-209127
tateyama_lg@yahoo.co.jp

Tokio Yukiko Sugihara 81-3-3307-1643
lotus@sky.plala.or.jp
Yoshie Takeda 81-90-3963-0755
y-plus@f6.dion.ne.jp

Coreea:

Andong Centrul din Andong 82-54-821-3043
Kim, Sam-Taee 82-54-821-3043

Busan Centrul din Busan 82-51-581-9200
chinghaibusan@hanmail.net
Song, Ho-Joon 82-51-957-4552
Hwang, Sang-Won 82-51-805-7283

Chungok Centrul din Chungok 82-54-6731399

Daegu Centrul din Daegu 82-53-743-4450
chinghaidaegu@hanmail.net
Cha, Jae-Hyun 82-53-856-3849
Han, Sun-Hee 82-53-767-5338
Kim, Ik-Hyeon 82-53-633-3346

Daejeon Centrul din Daejeon 82-42-625-4801
Kim, Soo-Dong 82-42-2547309

Gwang-Ju Centrul din Gwang-Ju
82-62-5257607
Jo, Myong-Dae 82-62-394-6552
smgwangju@naver.com

Incheon Centrul din Incheon 82-32-579-5351
Lee, Jae-Moon 82-32-244-1250

Jeonju Centrul din Jeonju 82-63-274-7553
shc5824@hanmail.net
Shin, Hyun-Chang 82-63-254-5824

Seoul Centrul din Seoul 82-2-5772158
goldenseoul@yahoo.co.kr
Yoo, Tae-In 82-2-795-3927

Youngdong Centrul din Youngdong
82-54-5325821
houmri1@kornet.net

Laos:

Vientiane
Somboon Phetphommasouk 856-21-415-262
somboon_9@hotmail.com

Macau: Centrul din Macau 853-532231
macau_center@email.com
Oficiu: 853-532995

Malaezia:

Alor Setar Chiao-Shui Yu 60-4-7877453

Johor Bahru
Chi-Liang Chen 607-6622518
supreme2@tm.net.my

Kuala Lumpur
Centrul din Kuala Lumpur 603-92873904
klsmch@tm.net.my
Oficiu 6012-259-5290
klsmch@yahoo.com

Penang Centrul din Penang 604-2285853
pgsmch@pd.jaring.my
Lin Wah Soon 604-6437017

Mongolia:

Ulanbator
Erdenechimeg Baasandamba 976-11-310908
baasandamba@yahoo.com

Baganuur
Gursad Bayarsaikhan 976-121-21174

Myanmar: Sai San Aik 951-667427

Nepal:

Kathmandu Centrul din Kathmandu
977-1-4254-481
chinghai_kathmandu@hotmail.com
Ajay Shrestha 977-1-4473-558
ajaystha@hotmail.com

Pokhara Centrul din Pokhara 977-61-28455
Bishnu Neupane 977-61-31643
neupanebishnu@hotmail.com
Shiva Bastola 977-61-28255
Raj Kumar Lama 977-61-31413

Filipine: Centrul din Manila
manilach@hotmail.com

Singapore: Centrul din Singapore 65-6741-7001
chinghai@singnet.com.sg
Oficiu 65-6846-9237

SriLanka:

Colombo Lawrance Fernando 94-1-412115
samantha_nbt@zeynet.com

Tailanda:

Bangkok Centrul din Bangkok 662-674-2690
bkk_c@hotmail.com
Laddawan Na Ranong 66-1-8690636/
66-2-5914571
edasnlad@stou.ac.th

Chiang Mai
Siriwan Supatrchamnian 66-53-384128
siriwanli@hotmail.com

Khon Kaen
Centrul din Khon Kaen 66-43-378112

Songkhla
Centrul din Songkhla 66-74-447224

*****EUROPA*****

Austria: Centrul din Viena Chinghai@A1.net

Nguyen Van Dinh 43-2955-70535
Shih-Tsung Lu 43-664-3909200
sound@gmx.at

Belgia:
Brüssel Ann Goorts 31-6-11-240-115
gotske@yahoo.fr

Bulgaria:
Sofia Ruslan Staykov 359-2-8575358
oldruslan@yahoo.com
Plovdiv Miglena Bozhikova 359-32-940726
chinghaiplovdiv@mail.bg

Croaţia: Zeljko Starcevic 385- 51- 251081
zeljko@mindless.com

Cehia:
Praga Centrul din Praga 42-02-6126-3031
prague-center@chinghai.cz
Marcela Gerlova 42-0-608-265-305
Chinghai@chinghai.cz

Danemarca Thanh Nguyen 45-66-190459
my@webspeed.dk

Finlanda:
Helsinki Anne Nyström 358-9-793902
anne.nystrom@kolumbus.fi

Franţa:
Alsace Despretz Anne-Claire 33-3-8977- 0607
arclai@infonie.fr
Ardeche Reynet Jeanine 33-4-75376232
Montpellier
Nguyen Tich Hung 33-4-67413257
tich.hung@infonie.fr
Paris Centrul din Paris 33-1-4300-6282
Lancelot Isabelle 33-1-4030-1174
ilancelot@celestialfamily.net

Germania:
Berlin Centrul din Berlin 49-30-3470-9262
pureocean@web.de
Düsseldorf
Oficiu: 49-201-5809-816/49-174 -5265242
ngoc-thao.nguyen@gmx.de
dusseldorfcenter@hotmail.com
Centrul din Hamburg 49-581- 15491
HamburgCenter@gmx.de
Münhen Johanna Hoening 49-8170-997050
ChingHai@aol.com
Kang Cheng 49-89-3616347
love_source@t-online.de

Grecia: Atena
Vicky Chrisikou 30-210-9321920

Olanda:
Amsterdam Marcel Mannaart 31-72-5070236
m.mannaart@planet.nl
Nguyen Ngoc Trung 31-294-41-9783
vo-khong@wanadoo.nl

Ungaria:
Budapesta Centrul din Budapesta 361-363-3896
budapestcenter@freemail.hu
Lux Tamas 36-304273364
Dora Seres 36-1379-1924
Gyor Lehel Csaba 36-96-456-452
clehel@freemail.hu

Irlanda:
Dublin Bernard Leech 353-1-6249050
dublinquanyin@yahoo.co.uk

Norvegia:
Oslo Nguyen Ngoc Tai 47-22-612939
osloqy@online.no

Polonia:
Szczecin Grazyna Plocinizak 48-91-4874953
gingal@wp.pl
Varşovia
To Soszynska 48-22-6593897
quanyin_pl@yahoo.com

Portugalia:

Leiria
Antonio Jose Vieira Caldeira 351- 2625-97924
alcoa_center@hotmail.com

Rusia:
Moscova Leera Gareyeva 7-095-732-08-32
boulgakov@tri-el.ru

Slovenia:
Ljubliana: Janez Pavlovic 386-41-320-268
janez.pavlovic@siol.net
Maribor
Rastislav Alfonz Kovacic 386-35-814981
dbk@siol.net

Spania:
Madrid
Gabriel Gasca Hemandez 34-91-5930413
Madridcenter@yahoo.es
Lidia Kong 34-91-5470366
Claudio Octavio Silva Zuniga
34-667090831
claudiosilvachile@yahoo.es
Malaga Mr. Wang Ya-King 34-95-2351521
Valencia Vegetarian House 34-96-3744361
Mr. Yu Xi-Qi 34-96-3347061
valenciachinghai@yahoo.es

Suedia:
Angelholm Luu Thi Dung 46-431-26151
Angelholmswe@yahoo.com
Åre Viveka Widlund 46-647-32097
sweden1@tele2.se
Malmö John Wu 46-40-215688

john.wu@bolina.hsb.se

Stockholm Mats Gigard 46-8-882207
mats.gigard@telia.com

Elveţia:

Geneva: Feng-Li Liu 41-22-7973789
fengli@ilo.org

Klein Ursula 41-22-3691550
uklein@tiscali.ch

Marea Britanie:

Anglia:

Ipswich Shahid Mahmood 44-1473-436961
shahidm@ntlworld.com

Londra Centrul din Londra
pnl@matters19.freeserve.co.uk

Nicholas Gardiner 44-2089-773647

C Y Man 44-1895-254521
chuk_yee_man@hotmail.com

Stoke-on-Trent
Janet Weller 44-1782-866489
janet.weller7090@ntlworld.com

Surrey C.W.Wo 44-1293-416698
stmchwo@hotmail.com

Scoţia:

Edinburgh Annette Lillig 44-131-6660319
lillig2002@yahoo.co.uk

*****Oceania*****

Australia:

Adelaide Leon Liensavanh 618-8332-6192
leonadelaide@hotmail.com

Brisbane Centrul din Brisbane
briscentre@telstra.com

Gerry Bisshop 617-3847-1646

Tieng Thi Minh Chau 617-3715-7230
ctieng@telstra.com

Yun-Lung Chen 617-3344-2519
dlch136@hotmail.com

Byron Bay
Ray Dixon 612 - 66 89 1282

Northern Rivers ray_jule@bigpond.net.au

Canberra
Khanh Huu Hoang 61-2-6259-1993
smcanberra@hotmail.com

Melbourne Centrul din Melbourne
melbsmch@aol.com

Rob Nagtegaal 61-3-5282-4431
rosrobery@aol.com

Phong Minh Tan Do 61-3-9850- 2553
phongloveme@yahoo.com

Alan Khor 61-3-9857-4239
ckhor@bigpond.net.au

Perth Centrul din Perth 61-8-9242-1189

David Robert Brooks 61-8-9418-6125
daveb@iinet.net.au

Ly Van Tri 61-8-9242-2848

Sidney Eino Laidsaar 61-2-9477-5459
einoforquanyinsydney@yahoo.com

Ly An Thanh 61-2-9823-8223
anbinh_sydney@yahoo.com.au

Noua Zeelandă:

Auckland
Noelyne No Thi Ishibasi 649-277-9285
takahide@xtra.co.nz

Peter Morrin 642-172-2776
ptr@ihug.co.nz

Chang Jen-Hor 64-9-2749298
changjenhor@yahoo.com

Christchurch Michael Lin 643-343-6918
nzchchsmch@hotmail.com

Hamilton Glen Vincent Prime
hamnzcont@yahoo.co.nz

Nelson Sharlene Lee 64-3-5391313
shale@ihug.co.nz

* Dacă nu este nici o persoană de contact în regiunea dumneavoastră, vă rugăm să contactați persoana din oraşul sau țara cea mai apropiată. Pentru a obține ultimele informații despre practicienii din întreaga lume, vă rugăm să vizitați următoarea adresă de internet:

http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm
(în limba engleză)

*** Departamentul de carte:**
email: divine@Godsdirectcontact.org
fax: 1-240-352-5613
sau 886-949-883-778
(Sunteți bineveniți alături de noi ca să traduceți cărțile Maestrei în alte limbi)

*** O călătorie în Lumea Eterică-program TV (casete video)**
email:
art&spirituality@Godsdirectcontact.org
fax: 1-413-751-0848 (USA)

Asociația Internațională de Publicații Maestra Supremă Ching Hai, Taipei, Formosa.
email:
smchbooks@Godsdirectcontact.org
tel: 886-2-7873935/
fax: 886-2-87870873

*** Grupul de știri:**
email:
lovenews@Godsdirectcontact.org
fax: 1-801-7409196
sau 886-946-728475

*** Biroul de informații spirituale:**
email:
lovewish@Godsdirectcontact.org
fax: 886-946-730699

*** S.M. Celestial Co., Ltd.**
email: smcj@ms34.hinet.net
tel: 886-2-87910860/
fax: 886-2-87911216

*** Centrul de carte din Los Angeles:**
email: la_bookstore@yahoo.com
fax: 1-909-738-9992

* Conținutul paginilor de internet Quan Yin din întreaga lume se poate schimba foarte frecvent, de aceea pentru cele mai noi informații vă rugăm să vizitați următoarea adresă:

http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm

Reviste gratuite (download):

http://sm21.net/eNews/
http://ftp.Godsdirectcontact.org/pub/
http://news.Godsdirectcontact.info
http://download.Godsdirectcontact.info

Ediția a 31-a : iunie 2004

Autor: Maestra Supremă Ching Hai
O.P. 9, Hsihu, Miaoli 36899,
Formosa, Republica China

Publicat de: Asociația internațională de publicații Maestra Supremă Ching Hai
(înregistrată cu numărul 5390 la Oficiul de informații al guvernului, R.O.C)

Adresa: 1 F, Nr. 236, Song San Road, Xin Yi District, Taipei, Formoosa, Republica China